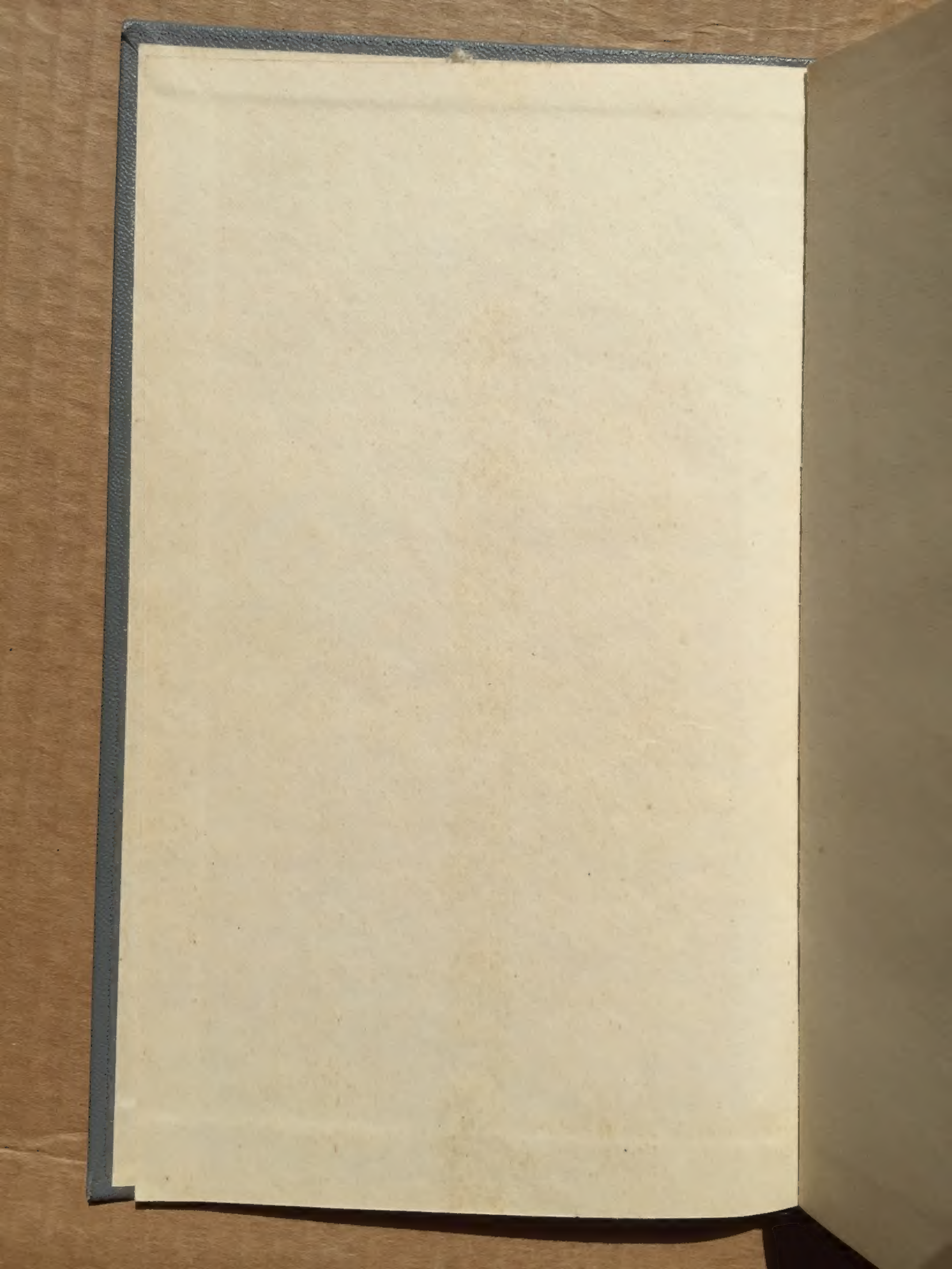
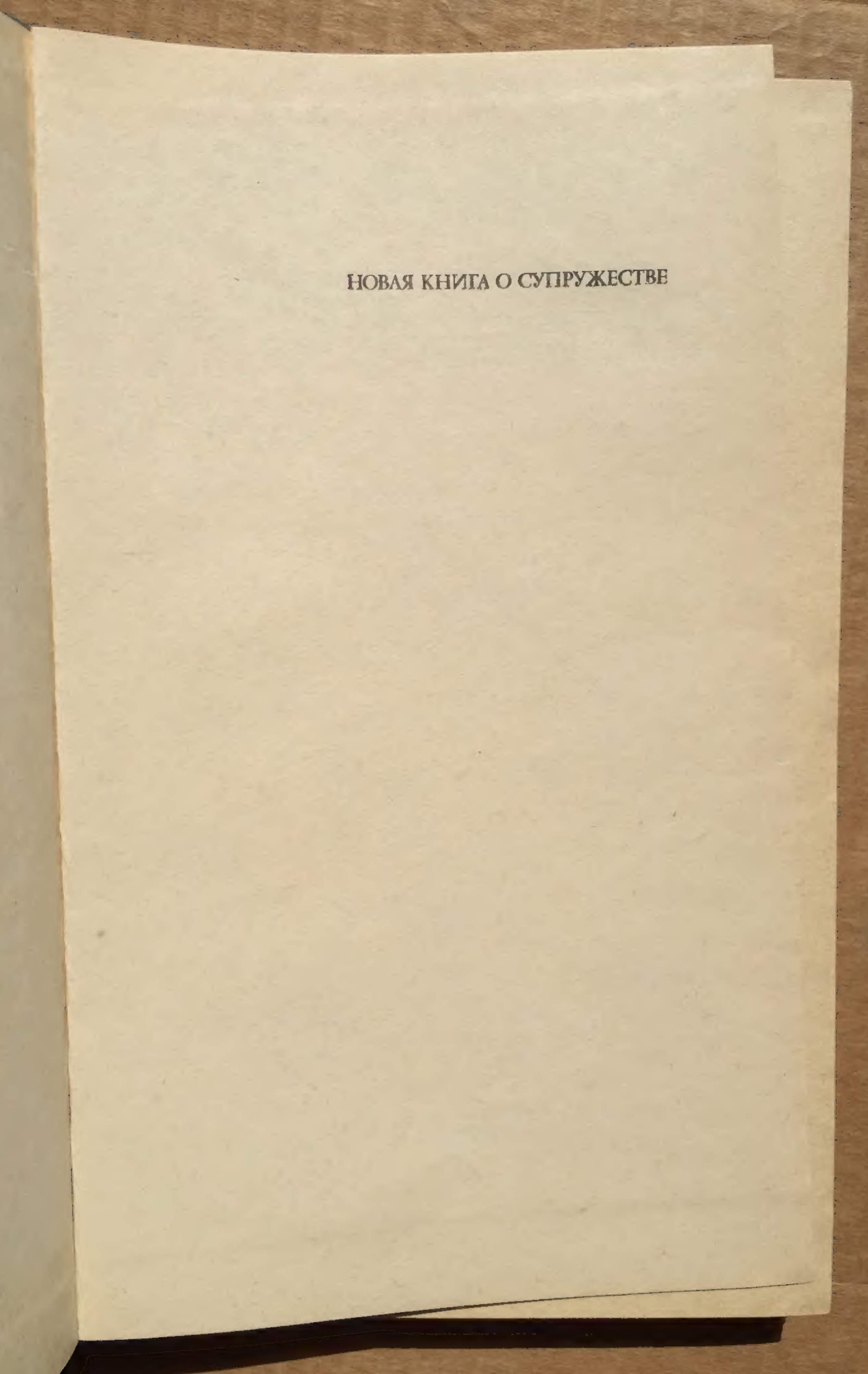
Рудольф Нойберт



НОВАЯ КНИГА О СУПРУЖЕСТВЕ





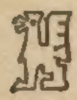
НОВАЯ КНИГА О СУПРУЖЕСТВЕ

Rudolf
Neubert

DAS NEUE EHEBUCH

DIE EHE ALS AUFGABE DER GEGENWART UND ZUKUNFT

Fünfzehnte Auflage



*Greifenverlag
zu
Rudolstadt
1966*

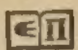
Рудольф
Нойберт

НОВАЯ КНИГА О СУПРУЖЕСТВЕ

ПРОБЛЕМА БРАКА В НАСТОЯЩЕМ И БУДУЩЕМ

*Перевод
с пятнадцатого
немецкого
издания*

*Редакция
и вступительная
статья
проф.
В. Н. Колбановского*



*Издательство
«Прогресс»
Москва
1969*

Перевод
с немецкого
кандидата
филологических
наук
А. Н. Зуева
и кандидата
медицинских наук
Е. Н. Городенской

Научный
редактор
издательства
А. А. Макаров

Редакция литературы по вопросам философии и права

1-5-6
9—67

Вот с каких давних пор
свойственно людям любовное
влечение друг к другу,
которое, соединяя прежние
половины, пытается сделать
из двух одно и тем самым
исцелить человеческую
природу

Платон,
«Пир»

СОДЕРЖАНИЕ

Рудольф Нойберт

НОВАЯ КНИГА О СУПРУЖЕСТВЕ

Художник *В. Корольков*
Художественный редактор *Л. Шканов*

Сдано в производство 3/VI 1967 г. Подписано к печати 23/IX 1969 г.
Формат 84×108[1]/32. Бум. л. 5. Печ. л. 16,8. Уч.-изд. л. 16,82.
Цена 1 р. 21 к. Изд. № 9/8328. Заказ № 308.

Издательство «Прогресс»
Комитета по печати при Совете Министров СССР
Москва, Г-21, Зубовский бульвар, 21

Главполиграфпром Комитета по печати при Совете Министров СССР.
Отпечатано в Ленинградской типографии № 2 имени Евгении Соколовой, Измайловский проспект, 29, с матриц Ордена Трудового Красного Знамени Первой Образцовой типографии имени А. А. Жданова, Москва, Ж-54, Валовая, 28.

Вступительная статья

Половая любовь как общественная проблема

«Новая книга о супружестве» видного социал-гигиениста профессора Рудольфа Нойберта за последние 8 лет вышла в ГДР 15 изданиями. Опубликованы также ее переводы в ряде европейских стран. Судя по этому, книга отвечает насущным потребностям многих читателей. В значительной мере успех книги объясняется тем, что автор подошел к проблеме не только с позиций биологической и медицинской наук, но и рассмотрел ее под социологическим углом зрения. В книге освещены также юридическая, нравственная основа и эстетика брачно-семейных отношений.

Такой всесторонний подход к сложной общественной проблеме, богатой большими и острыми внутренними противоречиями, гарантирует от ограниченности узкоспециализированного взгляда на вещи.

Конечно, будучи врачом, Р. Нойберт уделяет в своей работе большое внимание биологической закономерности продолжения человеческого рода. Однако он отводит должное место и решающей роли социальной обусловленности этой закономерности в человеческом обществе. В анализе половых переживаний людей в браке и вне брака автор также различает биологические импульсы человеческих чувств и их социальную мотивацию.

Рекомендуя «Новую книгу о супружестве» Р. Нойберта советским читателям, мы учитываем, что она отвечает актуальным запросам советской молодежи, вступающей в пору брачно-семейных отношений, готовящейся к созданию семьи и будущим супружеским и родительским функциям.

Длительное время в советской литературе не было таких обстоятельных книг по очень важной жизненной проблеме. Советские авторы, философы и социологи, преимущественно интересовались социальными закономерностями, определяющими характер взаимоотношений мужчин и женщин и развитие семьи в социалистическом обществе. Естественная основа половых отношений почти полностью игнорировалась. Лишь за последние годы в связи с возникшей потребностью в такой литературе издательства «Медицина» и «Зна-

ние» выпустили несколько брошюр советских и зарубежных авторов, в том числе и брошюру Р. Нойберта «Вопросы пола». Однако в небольших по объему книгах можно было осветить лишь некоторые вопросы половых отношений: об анатомофизиологических особенностях мужчины и женщины, о том, как мальчик превращается в мужчину-отца, а девочка — в женщину-мать, о половой гигиене, о борьбе с венерическими болезнями. При таком сугубо медицинском подходе к сложной общественной проблеме многие вопросы не получили освещения.

Эта односторонность в определенной мере исправляется обстоятельной «Новой книгой о супружестве», представляющей большую познавательную ценность.

Книга Р. Нойберта напоминает откровенный разговор компетентного врача наедине с пациентом. В беседе затрагиваются глубоко интимные вопросы. Советские читатели еще не привыкли к подобным беседам, хотя они весьма поучительны и крайне необходимы. Некоторые читатели, возможно, будут даже шокированы. Им может показаться, что смелое вторжение автора в «запретную зону» неприлично. Некоторый процент ханжей существует и в нашем обществе.

Однако мы позволим себе взять автора книги под защиту. Физиолог должен научить человека есть, пить, спать, работать, отдыхать и разумно выполнять другие физиологические функции — учил И. П. Павлов. К сожалению, в перечне естественных функций великий физиолог не упомянул о половой, играющей важную роль в индивидуальной жизни человека и имеющей непосредственное отношение к продолжению человеческого рода. Возможно, не упомянул потому, что человеческая половая любовь несводима к физиологии.

Как известно, человек может переваривать пищу, не зная физиологии пищеварения. Что же касается половых отношений людей, то в наше время им должна предшествовать всесторонняя научная осведомленность.

Невольно вспоминается ироническая реплика Чацкого: «Чтоб рожать детей, кому ума недоставало?» Некоторые толкуют эти слова так, что для выполнения супружеских функций никто не нуждается в предварительной подготовке. Между тем ирония героя бессмертной комедии А. С. Грибоедова в том и состоит, что и в выборе супруга необходимо

сохранить как можно больше ума. Это качество весьма ценно и в дальнейшей супружеской жизни и в воспитании детей.

К сожалению, ни в каких наших школьных и вузовских программах не предусмотрена подготовка учащихся к их будущим супружеским и родительским функциям. В школе — от начальной до высшей включительно — учащиеся овладевают знаниями, готовя себя к будущему труду, к достижению высот науки, техники и искусства, к активной общественной деятельности. Однако к выполнению своего важного гражданского и общественного долга, к созданию семьи и воспитанию будущих детей, к достижению большого личного счастья учащиеся не готовятся вовсе.

Из-за неосведомленности в этой области у молодых людей еще до наступления половой зрелости, до вступления в брак и в процессе супружеской жизни происходит немало неприятностей. Обычно они переживаются как крупные жизненные неудачи, иногда же — как драмы и трагедии, ведущие к катастрофическим последствиям.

Как опытный врач и педагог, Р. Нойберт поставил перед собой задачу раскрыть перед читателями в доступной форме сущность половых взаимоотношений в различных аспектах и тем самым предостеречь молодых людей, вступающих в самостоятельную жизнь, от возможных, но не неизбежных ошибок. Книга содержит большой и интересный материал о биологической основе полового чувства — половом влечении людей начиная с периода полового созревания и наступления половой зрелости до самых последних дней супружеской жизни. Половое влечение рассматривается автором как естественная основа для возникновения и развития большого человеческого чувства любви.

Автор книги анализирует широкий комплекс вопросов, относящихся к гигиене половой жизни, разъясняет необходимые правила поведения мужчин и женщин в различные периоды их совместной жизни и дает полезные рекомендации, помогающие преодолевать известные трудности. Причем эти рекомендации он не советует воспринимать как рецепты, пригодные для конкретного использования. Социологический подход автора к проблеме супружеской жизни побуждает его поставить во весь рост проблему человеческой половой любви в ее многообразных индивидуальных проявлениях, психологических и нравственных переживаниях. Ему хо-

рошо известны всевозможные коллизии и конфликты человеческой любви, разыгрывающиеся в браке и вне брака.

Забота о здоровье людей обязывает автора раскрыть перед ними грозную опасность в виде венерических болезней как следствие нарушения половой этики и несоблюдения половой гигиены. Эта опасность угрожает не только пострадавшему, но и его семье, всем членам общества.

И все же многих опасностей, угрожающих обществу, можно было бы избежать, если бы люди разумнее относились к чувству половой любви и дорожили бы им как залогом большого личного и общественного счастья.

В заключительной главе книги — «Брак, как человеческая потребность» — автор рассматривает те условия, какие необходимы для счастья семьи. Он убежден, что всевозможные трудности и препятствия, возникающие на пути к этому счастью, могут быть преодолены, если супруги умеют и хотят сохранить и упрочить чувство любви, если они сознают свою ответственность перед обществом за воспитание детей. Многие недоразумения могут быть предотвращены благодаря взаимному воспитанию супругов и выработке ими единой линии в воспитании детей. По мнению Нойберта, семья, исторически возникшая на основе прогрессивного развития человечества, сохранится и еще более окрепнет в результате дальнейшего движения общества. Освобождение семьи от множества хозяйственных и воспитательных забот вовсе не означает ее грядущего отмирания. Напротив, устранение многих трудностей, которые выпадают на долю супругов в современных условиях, высвободит время для обогащения их различными культурными ценностями, которые сделают жизнь семьи намного содержательнее и интереснее. А это означает, что станет богаче и прекраснее человеческая любовь.

Эти изменения произойдут, но не самотеком, а в процессе активной, целеустремленной и энергичной человеческой деятельности.

Но данный вопрос нуждается в особом рассмотрении, к которому мы и перейдем.

Все человеческие чувства — продукт всемирной истории. В них теснейшим образом переплетается то, что дано человеку от природы и привнесено культурой.

Одно из самых мощных и прекраснейших человеческих

чувств — половая любовь — развилось в процессе общественной истории. Естественная основа этого чувства — половое влечение. С наступлением зрелости оно властно зовет мужчину и женщину к сближению, физическому и духовному, которое дает обоим переживание огромной радости и ни с чем не сравнимого счастья. Закономерное следствие такого сближения — ребенок. В нем естественная цель и высокий общественный смысл любви.

Старинные предания и легенды, художественная литература и другие виды искусства всех времен и народов поэтизировали это чувство, воспели его вдохновляющую, творческую силу и красоту. Многие мыслители и художники считали, что в любви — источник творческой активности. По мнению Гельвеция, «любовь отточила карандаш первого художника».

Однако взгляды на природу и сущность человеческой половой любви расходятся. Одна из распространенных в капиталистическом мире современных концепций — фрейдизм — утверждает, что половое влечение — «либидо» играет решающую роль не только в реализации закона продолжения человеческого рода, но и в развитии самой общественной жизни и культуры. По мнению фрейдистов, мощь полового влечения, отражающаяся в бессознательной сфере, настолько сильна, что способна поработить сознание человека, парализовать тормозящую функцию коры больших полушарий мозга, устранить выработанное культурой умение человека управлять своими чувствами. Всякие попытки сдержать или обуздать силу полового влечения якобы ведут к неврозам и психозам.

Этой концепции, преувеличивающей роль биологического начала в человеке, противостоит марксистская точка зрения о ведущей роли общественных закономерностей в сознании и поведении человека. История общественного развития, история труда с абсолютной достоверностью доказала колоссальную силу человеческого сознания, победившую древние биологические инстинкты. Это не означает, конечно, что инстинкты перестали существовать — они стали осознанными и подчиняются руководству сознания. В отличие от животных человек способен управлять своими инстинктами, влечениями, эмоциями, чувствами.

Современная физиология мозга рассматривает кору больших полушарий головного мозга как орган сознания. Подкорковым отделам мозга подчинены инстинкты и влечения,

которые, по мнению психологов, относятся к бессознательной сфере. Кора больших полушарий мозга — регулятор всей жизнедеятельности организма и орган его сношений с внешним миром. Ей подвластны все нижележащие отделы мозга. С другой стороны, она испытывает на себе их обратное воздействие. В норме подкорковые отделы мозга не выходят из подчинения коре больших полушарий. Однако при некоторых состояниях, связанных, в частности, с повышенной деятельностью желез внутренней секреции, например половых, возбуждение подкорковых отделов мозга может достигнуть такой степени интенсивности, что кора не в состоянии выполнять свою регулирующую функцию. Тогда страсть может возобладать над разумом.

Отсюда вытекает важность воспитания торможения, то есть той функции мозга, которая сдерживает инстинктивные порывы и позволяет человеку управлять своим поведением. Культура, как говорил М. Горький, есть организованное разумом насилие над зоологическими инстинктами людей.

С позиций марксизма отчетливо выступает превосходство общественной сущности человека над его биологической природой. Высокая ценность человеческой личности измеряется богатством ее духовного содержания, благородством и красотой ее чувств, мыслей и поступков. В частности, она проявляется в характере взаимоотношений мужчины и женщины, в их взаимной половой любви.

Хорошо, однако, известно, что половая любовь приносит людям не только радость и счастье. Нередко она причиняет им большие страдания.

В чем причины подобных противоречий? Почему история мировой литературы и искусства дала так мало произведений о счастье любви и так много об ее страданиях?

Причины коллизий и конфликтов любви коренятся в более глубоких и общих противоречиях общественного развития. Человечество не сразу нашло правильную форму регламентации половых отношений между мужчинами и женщинами. Существовавшая в глубокой древности форма беспорядочных половых связей (промискуитет) лишь постепенно уступила место разным формам группового и парного брака. Но и после этого был пройден длительный путь в поисках лучшей формы семьи. Сделано немало «проб и ошибок», пока была найдена та форма единобрачной, или моногамной, семьи, которая сложилась на заре рабовладельческого общества

и в существенных чертах сохранилась до настоящего времени.

Семья оказалась лучшей формой для реализации человеческой любви, так как одновременно на религиозной и юридической основе осуществлялись также экономические, педагогические, нравственные и эстетические потребности людей. Но основными мотивами были все же экономические соображения, порожденные частной собственностью. Она наложила свою уродливую печать на всю общественную жизнь, на чувства человека, на его волю и разум, на все общественное сознание. Вся человеческая психология испытала на себе гнет частной собственности.

Ее отрицательное влияние особенно тяжело отразилось на половой любви. В классическом труде Ф. Энгельса «Происхождение семьи, частной собственности и государства» дан исторический обзор развития взаимоотношений между мужчинами и женщинами с древних времен до конца прошлого столетия. В нем очерчены различные перипетии длительной эволюции этих отношений. Если в глубокой древности женщины занимали привилегированное положение, то «с ликвидацией материнского права произошло *всемирно-историческое поражение женского пола*»,— пишет Ф. Энгельс. На протяжении долгого периода общественной истории женщины были лишены всяких прав и поставлены в условия суровой дискриминации. Взаимоотношения мужчин и женщин с того времени развивались в духе многовековой враждебности полов. Несмотря на религиозное и юридическое освящение семьи как единственной формы реализации половой любви, неизменными спутниками семьи остаются проституция для мужчин и прелюбодеяние для женщин.

Мотивы брака при господстве частной собственности диктуются грубым материальным расчетом. Личная склонность вступающих в брак никого не интересует. Половая любовь может стать правилом и становится им только среди трудящихся классов, так как у них отсутствуют соображения корысти и любовь как чувство обогащается идейной солидарностью и готовностью к взаимопомощи. Именно в пролетарской среде Ленин увидел «гражданский брак с любовью», который он рассматривал как прототип брачных отношений в социалистическом обществе.

Надо отдать должное женщинам, которые всегда протестовали против поругания любви и пытались отстоять свое

право на это светлое чувство. Но непременным условием для этого должна была стать эмансипация женщины. В условиях классового антагонизма ее нельзя было добиться. Как гениально предвидел Маркс, освобождение женщины могло совершиться лишь на путях социалистической революции.

Так это исторически и произошло. Впервые после победы Великой Октябрьской социалистической революции женщина была полностью освобождена и уравнена во всех правах с мужчиной. Перед ней открылись широкие просторы. Она стала полноправной строительницей новой жизни. Благодаря ценнейшим вкладам, внесенным женщиной в строительство нового хозяйства и культуры, были развеяны в прах все легенды и реакционные вымыслы о ее якобы биологической и социальной неполноценности.

В социалистических условиях стали по-новому складываться взаимоотношения между полами. Мужчины и женщины начали относиться друг к другу как равные соратники в борьбе и сотрудники в работе. На основе товарищества и дружбы, принципиального контакта и деловой взаимопомощи окрепло их взаимное уважение. Практическая экономическая самостоятельность и независимость женщины от мужчины сыграла важную роль в формировании между ними чистых и честных взаимоотношений, свободных от всякого подобия коммерческой сделки. Освобожденная от этих пут, начала развиваться и расцветать подлинная человеческая любовь.

Она стала основным мотивом брака в социалистическом обществе наряду с высоким сознанием супругов и их ответственностью перед обществом за судьбу будущих детей. Жизнь семьи, как правило, развивается на основе любви и взаимного уважения супругов, их любви к детям и заботы об их воспитании. В нравственно здоровой атмосфере семьи нормально развиваются дети, питающие к родителям сыновнюю и дочернюю любовь. Отношения любви и дружбы устанавливаются также между братьями и сестрами. Глубоко прав был А. С. Макаренко, утверждавший, что на опыте этой неполовой любви дети получают подготовку к будущей половой любви, когда придет ее пора.

Формирование коммунистической морали, и в частности половой этики, протекает не гладко, не без мучительной борьбы новых норм поведения со старыми, сохранившимися у некоторых до сих пор по законам «социальной наследст-

венности». Этот термин не без основания был введен в литературу выдающимся русским марксистом Г. В. Плехановым. Под «социальной наследственностью» он понимал нравы, обычаи, традиции, определенный характер взаимоотношений людей, выработанные веками и тысячелетиями и передающиеся в процессе воспитания от одного поколения другому.

Нельзя недооценивать значение этой социальной закономерности. «Традиции всех мертвых поколений тяготеют, как кошмар, над умами живых»,— писал Маркс. Точность этой теоретической формулировки убедительно доказывается известным консерватизмом бытовой, в частности половой, морали.

Несмотря на значительный прогресс в формировании коммунистической морали в странах социализма, прочно утвердившейся в нормах поведения людей в их производственной и общественной деятельности, все еще отмечается некоторое отставание норм поведения в быту, в семье, во взаимоотношениях полов, недоступных общественному контролю.

Не всегда еще брачные взаимоотношения складываются на основе глубокой и искренней любви. Разочарования в ней причиняют страдания обеим сторонам. Не редки еще случаи легкомысленного отношения к такому ответственному акту, как вступление в брак. Глубоко аморальна практика случайных половых связей, в которых на первом плане стоит стремление к физиологическому удовлетворению половой потребности. Еще наблюдаются случаи вероломства со стороны мужей и жен в отдельных семьях. Иногда они ведут к распаду семьи. В тех же случаях, когда любовь к детям достаточно сильна, дело заканчивается взаимной или односторонней амнистией.

Бывают и другие отступления от принципов коммунистической морали во взаимоотношениях полов. Например, за обман, обсчет или обвес покупателя виновные подлежат уголовному наказанию. А факты преднамеренного обольщения неопытной девушки ведению Уголовного кодекса не подлежат. В таких случаях закон не видит состава преступления, хотя жертва обмана может пострадать от него не меньше, чем жертва физического насилия.

Нормы половой морали с наибольшим трудом поддаются перестройке. На эту особенность обратил внимание В. И. Ленин в беседе с известной германской революционеркой Кларой Цеткин. Ленин сказал, что половая жизнь некоторой

части молодежи и взрослых ему не нравится. Особенное негодование вождя революции вызвала пресловутая теория «стакана воды», утверждавшая, будто в коммунистическом обществе удовлетворить половые стремления и любовную потребность будет так же просто, как выпить стакан воды. Отвергая голые обвинения в адрес коммунистов в аскетизме, В. И. Ленин по поводу этой теории заявил: «Конечно, жажда требует удовлетворения. Но разве нормальный человек при нормальных условиях ляжет на улице в грязь и будет пить из лужи? Или даже из стакана, край которого захватан десятками губ». Но основной упор В. И. Ленин сделал на *общественную* сущность любви. «В любви участвуют двое, и возникает третья, новая жизнь. Здесь коренится общественный интерес, возникает долг по отношению к коллективу». Великий учитель коммунизма едко высмеял преувеличенный интерес буржуазии и ее идеологов к половым переживаниям на примере «модной причуды» — фрейдизма, поставившей в центр общественных интересов «либидо». В. И. Ленин считал, что революция требует максимальной мобилизации и сосредоточенности сил, что ей одинаково чужды опьянение алкоголем и половая несдержанность: «Самообладание, самодисциплина — не рабство; они необходимы и в любви».

Публикация воспоминаний Клары Цеткин о Ленине сыграла немаловажную роль в борьбе с тем увлечением фрейдизмом, которое наблюдалось в двадцатые годы. Попытки некоторых теоретиков соединить фрейдизм с марксизмом получили решительный отпор. Однако из правильных ленинских положений о вреде чрезмерного увлечения вопросами пола был сделан неверный вывод, будто этой областью жизни вообще не следует интересоваться.

Педагогическая и медицинская науки оставили вне поля своего зрения вопросы полового воспитания молодежи, полагая, что высокая нравственная атмосфера, в которой развивается молодое, подрастающее поколение, сама по себе может служить противоядием против влияния буржуазной идеологии и морали, проникающей в наше общество по разным каналам. Но дело обстоит гораздо сложнее.

Несомненно, что в подавляющем большинстве советская молодежь нравственно здорова. На первом плане у нее стоят духовные интересы. Она ищет и находит труд по призванию, отвечающий ее потребностям и способностям. Благородные порывы молодежи направлены на достижение высоких об-

щественных целей. Молодые люди формируют себя, ориентируясь на возвышенные нравственные идеалы. В решении жизненных вопросов молодежь опирается на приобретенные знания, сформировавшиеся убеждения, на драгоценный опыт людей старших поколений.

Единственная область, которая встает перед молодежью как неведомая земля — terra incognita,— это область переживаний самого сильного, самого светлого и самого красивого из человеческих чувств — чувства половой любви. Высокое содержание его не может быть сведено к физиологии, но и не свободно от нее. Естественная основа этого чувства — в могучей силе полового влечения, но сущность его — в богатейших и благороднейших духовных стремлениях. Разумеется, что половое влечение и его отражение в разнообразных ощущениях, чувствах и мыслях неразрывны. Главное, чтобы в чувстве половой любви на первом плане была его человечность. «Отношение мужчины к женщине,— писали основоположники марксизма,— есть *естественнейшее* отношение человека к человеку. Следовательно, в нем обнаруживается, насколько *естественное* поведение человека стало *человеческим*...»

Однако новизна и необычность переживаний, целая буря различных страстей, поглощающая на время молодых людей целиком, не всегда позволяет им самим трезво разобраться в своем состоянии. Не всегда они способны подчинить борющиеся чувства разуму, научиться «властвовать собою».

Такой науки нет, и молодые люди предоставлены самим себе. Они должны проанализировать серьезность и глубину своих чувств, убедиться в правильности выбора объекта любви, чтобы избежать возможных ошибок, могущих стать роковыми, искалечить жизнь, сломать судьбу человека.

Отсюда важность этой области жизни, имеющей непосредственное отношение к такой естественной и общественной проблеме, как продолжение человеческого рода. Она представляет теоретический интерес для различных областей знания и имеет огромное практическое значение.

Философам — в особенности социологам и этикам,— врачам, психологам и педагогам, юристам, писателям и деятелям искусств необходимо уделять особое внимание этой области жизни, касающейся, в частности, не только молодежи, но и людей более зрелого возраста. От ее благополучного или неудачного устройства во многом зависит личное счастье

человека и гражданина, судьба поколений, будущее народа.

Конечно, половая любовь — не ведущая ось человечества. Мы отрицаем фрейдизм, преувеличивающий значение «либидо» в общественной и личной жизни. Но нельзя игнорировать переживания человеческой любви, играющие немаловажную роль в общественной и личной жизни.

Заслуга Р. Нойберта в том, что он поставил вопрос о тех жизненных противоречиях, которые возникают в развитии любви в новых общественных условиях и требуют своего разрешения в интересах прогрессивного развития общества и правильного полового воспитания всех людей.

Обратимся к анализу некоторых существенных противоречий, проявляющихся во взаимоотношениях мужчин и женщин в социалистическом обществе, и рассмотрим их с позиций половой этики.

Коренное из этих противоречий состоит в том, что и после достижения *социального равноправия* женщин с мужчинами между ними сохраняется *биологическое неравенство*. При всех общественных режимах функция материнства остается привилегией женщины. Женщина играет важнейшую роль в реализации закона продолжения человеческого рода. В этом отношении функция мужчины-отца не может идти ни в какое сравнение с функцией женщины-матери. Но материнство — не только привилегия радости и счастья, оно и бремя, и физические трудности, испытываемые женщиной в период беременности, а иногда и опасность для ее жизни при патологическом нарушении этого процесса. Это — заботы, связанные с кормлением ребенка и уходом за ним в тот период его жизни, когда он совершенно беспомощен. Это — долгие бессонные ночи, когда мать в тревоге охраняет жизнь ребенка от детских болезней.

Это — тот священный долг материнства, который женщина с радостью и гордостью будет выполнять всегда, нередко с ущербом для своего здоровья, не говоря уже о вынужденных задержках в ее духовном развитии и общественной активности.

За свой повседневный героизм женщина-мать повсеместно пользуется заслуженной материнской славой и окружена любовью всех людей.

Однако в условиях социализма мы стремимся к тому, чтобы всячески уменьшить бремя женщины-матери, усугубляемое еще хозяйственными и воспитательными функциями в семье. Фактическое раскрепощение женщины, как указывал В. И. Ленин, возможно лишь путем обобществления домашнего хозяйства. В нашей стране из года в год расширяется сеть общественного питания, а также коммунальных учреждений, обслуживающих хозяйственные нужды семьи. Намного облегчается и воспитательная функция женщины за счет все увеличивающегося охвата детей ясельного и дошкольного возрастов воспитательными учреждениями. Тем не менее до настоящего времени женщины все еще перегружены мелкими, будничными заботами.

Как показали социологические исследования, проведенные в Москве, Ленинграде, Свердловске, Новосибирске, Ижевске и других городах, домашнее хозяйство и заботы о воспитании детей отнимают у женщины ежедневно в среднем на 3—4 часа больше, чем у мужчины. В выходные дни она практически также не отдыхает, поскольку 9—11 часов занимается домашним хозяйством. Достаточно помножить эти цифры на месяцы и годы, чтобы убедиться, какая еще существует разница между юридическим и фактическим равенством женщины с мужчиной.

Из-за этого женщины нередко преждевременно увядают, утрачивают потребность в духовном росте и общественной активности. Между ними и их мужьями возникает резкая диспропорция, которая в отдельных случаях ведет к распаду семьи. Такой результат не является фатально неизбежным. Во многих случаях, когда мужчина сознает тяготы материнства и стремится всеми возможными для него средствами облегчить жизнь и труд своего верного друга, женщина переносит любое бремя с легкостью и радостью. Чувствуя непрестанную заботу, любовь и преданность супруга и отца своих детей, она не только не отстает от мужа в общем культурном развитии, но и сама становится для него источником вдохновения и бодрости. Такие взаимоотношения — основа прочной и счастливой семьи.

Следовательно, основное жизненное противоречие, связанное с биологическими различиями между мужчиной и женщиной, может быть разрешено без коллизий и конфликтов, характерных для семьи в старом обществе. Но это предполагает серьезную психологическую и нравственную пере-

стройку мужчин и женщин, ликвидацию того консерватизма в их сознании, тех норм старой половой морали, которые были порождены многовековым социальным неравенством.

Некоторые черты безнравственного полового поведения мужчин и женщин коренятся не только в социальном наследстве, но и в некоторых особенностях полового созревания в условиях современности. Антропологами и физиологами отмечается повсеместно такой факт, как акцелерация полового развития, связанная с общим ускоренным физическим развитием мужчин и женщин в нынешнем столетии по сравнению с прошлым.

Современные подростки опережают своих ровесников прошлого столетия на 10—15 сантиметров в росте и на 8—10 килограммов в весе. Половое созревание наступает у мальчиков и девочек также на 1,5—2 года раньше, чем прежде.

Причины акцелерации еще не установлены, но факты подтверждены большим статистическим материалом. Как известно, половое созревание в норме происходит на 5—6 лет, а в настоящее время на 6,5—8 лет раньше общей физической и духовной зрелости юношей и девушек. Это жизненное противоречие, так как фактическая половая зрелость и порождаемые ею потребности не могут еще быть осуществлены. Акцелерация полового созревания еще больше увеличила разрыв между половой и общей зрелостью, усугубляющийся недостаточной экономической самостоятельностью молодежи, которая позволяла бы создать семью.

Как разрешаются эти противоречия?

Чтобы ослабить напряжение центральной нервной системы от импульсов, идущих из половой сферы, необходимо отвлечь внимание растущей молодежи, в большинстве своем учащейся, в сторону познания различных явлений действительности. Работа в научных кружках, на станциях юных натуралистов и техников, занятия спортом, туризмом, проба своих творческих сил в поэзии, литературе, различных видах искусства, в общественной деятельности настолько захватывает и отвлекает внимание от половых переживаний, что подростки, юноши и девушки легко справляются с ними.

Для выработки в себе умения управлять собою, своими чувствами имеет значение рекомендованное академиком П. К. Анохиным «тормозящее возбуждение», необходимое каждому человеку при воспитании эмоций. В рассматриваемой нами области это означает умение переключить свое

внимание на любые виды деятельности в тех случаях, когда половая потребность нарастает, а настоящей любви еще нет, и нужна известная выдержка, чтобы не растратить и не измельчить большое чувство.

Что касается недостаточной экономической самостоятельности и подготовленности к созданию семьи, то во многих случаях в первые годы семейной жизни молодые супруги получают помощь от своих родителей. Предприятия, колхозы и общественные организации оказывают молодоженам содействие в получении квартиры или дома, приобретении мебели. Иногда по взаимной договоренности один из супругов работает, другой учится, затем они меняются ролями.

Когда молодых супругов соединяет чувство большой любви и искренней дружбы, практически не существует таких трудностей и преград, которых они не смогли бы преодолеть.

Но возникает одно действительно труднопреодолимое противоречие в развитии половой любви, порожденное всей историей общественного развития,— противоречие между естественной необходимостью *деторождения* и стремлением к *половым наслаждениям*. Весьма часто то наслаждение, которое испытывают мужчина и женщина при половом сближении, превращается для них в самоцель, в основной смысл их любви. Но природа неумолима. В норме половые наслаждения — лишь награда любящим за выполнение ими основной миссии — зачатия ребенка. Однако любящие друг друга мужчина и женщина не всегда готовы ее выполнять. В решении этого вопроса играют роль и экономические соображения, и особенно жилищные условия. И хотя большое потомство может быть желательным, практически в современных условиях это не всегда осуществимо.

В таких случаях прибегают к противозачаточным средствам, которые позволяют женщине избежать беременности, когда она по тем или другим причинам нежелательна. Не все из этих средств достаточно эффективны. Даже при самом тщательном применении их беременность все же наступает, и тогда остается радикальное хирургическое средство — аборт, наносящий женщине серьезную физическую, а нередко и моральную травму. Аборт, если он производится несколько раз, приводит к бесплодию женщины или образованию злокачественных опухолей.

Само применение противозачаточных средств нарушает эстетику полового сближения, не говоря уже о том, что известное нарушение его физиологической нормы не дает обеим сторонам удовлетворения и вызывает даже чувство отвращения.

Как разрешить это противоречие? Это трудно, но возможно.

В разные периоды общественного развития чувство человеческой любви отступало на задний план в сравнении с чрезмерно преувеличенными половыми потребностями. Последние раздувались искусственно, и люди привыкали видеть в половых наслаждениях едва ли не высший смысл своей жизни. В угоду половой развращенности существовала в разных формах легализованная государствами проституция — самый позорный вид бизнеса. В семье половые сближения супругов превращались в повседневную привычку, провоцируемую общей постелью, а жена нередко расценивалась как «постельная принадлежность». Одолеваемые однообразием и скукой семейной жизни, супруги, несмотря на религиозные запреты и моральное осуждение, развлекались на стороне во внебрачных связях.

Эта циничная практика не могла сразу исчезнуть. Но в новых общественных условиях существенные изменения все же произошли. Принципы коммунистической морали оказали свое благотворное влияние и на взаимоотношения полов. Половая любовь перестала быть разновидностью спорта и заняла разумное место в жизни людей. Непрестанно растущее духовное богатство личности начинает играть все большую роль, способствуя развитию ее творческой активности. Намного выше и чище становится нравственный облик человека, свободного от сластолюбия, лживости, вероломства и даже предательства — черт, неизбежных в моральном облике развратника. Половая любовь обретает истинно человеческую сущность и становится источником большого личного счастья.

Что касается супружеских отношений, то большая производственная и общественная загруженность мужчин и женщин наряду с их заботой о воспитании детей и удовлетворением непрестанно растущих культурных потребностей в значительной мере отвлекает их внимание от интенсивных половых переживаний, и половое сближение перестает быть привычкой. Духовные интересы супругов начинают преоб-

ладать, особенно если их увлекает творческая деятельность. Как верно заметил Ромен Роллан, «тело — это самое меньшее, что может дать женщина». Гораздо больше радостей доставляет ее развивающийся духовный мир.

В тех семьях, где дети видят честные и чистые взаимоотношения своих родителей, они подражают им и вырабатывают нормы поведения, достойные требований передовой нравственности. Такое отношение к любви и будущей семейной жизни необходимо вырабатывать и с малых лет воспитывать у молодежи. Речь идет не о пропаганде аскетизма, а о том, чтобы укрепить в людях целомудренное отношение друг к другу, чистоту, правдивость и честность в переживаниях любви.

Нельзя мириться с циничной практикой некоторых «хранителей традиций капитализма», пытающихся прививать молодежи отвратительные нравы половой морали старого общества. «Надо голос поднимать за чистоплотность отношений наших и любовных дел!» (В. Маяковский)

Взрослые, примеру которых следует молодежь, обязаны давать ей образцы честных и чистых взаимоотношений между мужчинами и женщинами, исключающие всякую грубость, пошлость и цинизм.

Взаимное уважение мужчин и женщин, их серьезное и разумное отношение к половой любви поднимут это чувство на уровень подлинной человечности. А это будет содействовать счастью как отдельной личности, так и всего общества.

Проф. В. Колбановский

ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

Издательство «Прогресс» решило выпустить в русском переводе мою «Новую книгу о супружестве»; ранее была издана книга «Вопросы пола» [1]. В них автор исходил из конкретной ситуации и задач, решаемых в ГДР, и критически анализировал положение, существовавшее в Германии в прошлом.

Хотя развитие в России на протяжении веков и происходило иначе, чем в Германии, тем не менее я считаю, что социалистические производственные отношения, сложившиеся в наших странах, общность идеологии и единая заинтересованность в создании здоровой и счастливой семьи оправдывают перевод обеих книг.

То, что я хотел сказать, по существу, читатель найдет в самих книгах. В какой мере изложенные в них положения применимы в РСФСР, на Украине и в других советских республиках, пусть решает сам читатель. На основе знакомства с русской и советской литературой по данному вопросу можно сделать вывод, что в Советском Союзе существует та же проблема — полный и окончательный переход от патриархата к равноправию полов в любви, браке и семейной жизни.

С построением социалистического общества в Советском Союзе возникли новые отношения между мужчиной и женщиной, которые развиваются и у нас. Но этот процесс совершается не автоматически, его нужно сознательно направлять и углублять. Может ли этому помочь книга? Несомненно, если она попадет в руки вдумчивого читателя,— а я уверен, что найду в Советском Союзе много таких читателей.

Я особенно счастлив тем, что русский перевод моей книги выходит в свет накануне 50-летия Великой Октябрьской социалистической революции, ибо эта работа не ставит перед собой никакой иной цели, как содействовать осуществлению идей социализма и коммунизма и в сфере интимных человеческих отношений.

Дрезден, апрель 1967 г. *Рудольф Нойберт*

---

[1] Р. Нойберт, Вопросы пола, Медгиз, Москва, 1962, 1963 (два издания).

ИЗ ПРЕДИСЛОВИЯ К ПЕРВОМУ ИЗДАНИЮ

Дорогие читатели!

Быть может, кто-нибудь из вас с удивлением спросит: «Новая книга о супружестве»? Разве может книга вообще помочь и принести пользу в вопросах брака? Если молодые люди любят друг друга и если они решили жить вместе, то разве не должны они сами думать о том, как найти правильный путь в жизни?

Люди, рассуждающие таким образом, правы. Этим читателям я симпатизирую больше всего и, собственно, для них я преимущественно и пишу. Я не хочу давать каких-либо готовых рецептов. Я хочу лишь побеседовать с вдумчивым читателем о том, каким образом можно преодолеть хаотичность любовных отношений, сложившихся в недрах разлагающегося общества, и отыскать пути к счастью в рамках нового, прочного брака.

На протяжении длительного пути своего исторического развития человечество, принося многочисленные жертвы, накопило огромный опыт, поэтому нет никакой необходимости, чтобы каждый человек всякий раз познавал все на самом себе. Нам представляется небесполезным суммировать опыт, накопленный человечеством в вопросах брака,—книга может принести пользу вдумчивому читателю.

Следовательно, новая книга на основе пятидесяти старых? И да, и нет. Автор, естественно, перечитал пятьдесят книг по вопросам брака и даже больше того — выбрал из них то, что ему казалось наиболее важным, ибо не всякий может прочитать все книги и извлечь из них самое ценное. Однако автор внес и свой вклад в освещение данного вопроса: результаты своих врачебных наблюдений и бесед как с молодыми супругами и влюбленными, так и с пожилыми людьми и, наконец, собственные размышления о путях создания нового, более прочного брака. Ему хотелось бы, чтобы его раздумья затронули других, чтобы его читатели, если они еще не задумывались над этим, серьезнее относились к этим вопросам, а не жили сегодняшним днем; ему хотелось бы, чтобы они рассматривали существующее состояние брака и

сексуальных отношений не как нечто раз и навсегда данное, само собой разумеющееся и неизменное, но чтобы поняли, как эти отношения развиваются, чтобы они могли затем от раздумья перейти к правильным действиям.

Возможно, кто-нибудь из читателей уже имел книги, с помощью которых он надеялся разрешить какие-то затруднения в своей половой жизни. Он пользовался этими книгами так, как пользуются поваренной книгой, то есть искал в них рецепты. Он сравнивал, в какой мере его собственный опыт соответствует тому, о чем было написано в книге. Но так как человеческая жизнь чрезвычайно многообразна, то рецепты, приводимые в книгах, вызывали у большинства читателей еще большую путаницу.

Данная книга не мыслилась как сборник рецептов. *Я усматривал свою главную задачу в том, чтобы пробудить у читателя мысль.* Может быть, это прозвучит несколько парадоксально, но в данной книге важно не то, что в ней написано и что читатель может почерпнуть из нее, а то, как он будет после знакомства с книгой думать, наблюдать и воспринимать те или другие явления.

Наше главное стремление — это достижение счастья в браке и через брак.

Нужны ли для этого знания анатомии и физиологии? Нет, не нужны. Миллионы людей в прошлом и настоящем были счастливы, не обладая никакими анатомическими познаниями. Если бы все зависело лишь от знаний в области анатомии, физиологии и психологии, то все врачи были бы счастливы в семейной жизни. А браки между врачом-мужчиной и врачом-женщиной были бы самыми счастливыми на свете. Однако опыт показывает, что и среди врачей есть несчастливые браки. Но к чему тогда книга, содержащая сведения по анатомии, физиологии и психологии? Эта книга должна помочь там, где брак, который, собственно, мог бы быть счастливым, не стал в полной мере таковым из-за незнания совершенно элементарных фактов. Далее, книга должна предостеречь от ошибок, которых можно избежать, ибо если знания анатомии, физиологии и психологии еще не гарантируют счастья в браке, то незнание этого может причинить значительный вред.

Но главная задача состоит в том, чтобы пробудить самостоятельную мысль читателя. Иной человек чувствует, что в его семейной жизни не все благополучно, но он не решается

даже отдать самому себе отчет в причинах этого неблагополучия. Иные молодые люди, решившие пожениться, никак не могут понять, почему они не испытывают такой искренней радости по поводу предстоящей свадьбы, как это обычно бывает в таких случаях.

Плохие воспитатели хотят лишь доказать свою правоту, а хорошие стремятся к тому, чтобы их воспитанники доказали свою жизнеспособность. Самый лучший результат хорошего воспитания достигается в том случае, если воспитанник становится самостоятельным человеком. Настоящая книга достигла бы своей цели, если бы многие из ее читателей отправились на поиски счастья самостоятельно.

Книга может помочь в выяснении того или иного вопроса. Но никто не может уйти от необходимости самому принимать решения и самостоятельно устраивать свою жизнь.

Январь 1957 г.

Рудольф Нойберт

ПРЕДИСЛОВИЕ К 15-МУ ИЗДАНИЮ

Каждое новое издание книги — благоприятный повод для того, чтобы подвести некоторые итоги и выразить свою благодарность Карлу Дицу и всем его сотрудникам, ибо без их терпеливой и неутомимой работы книга вообще не была бы создана и распространена в столь короткое время. Карл Диц умер 12 августа 1964 года, когда тираж книги превысил четверть миллиона экземпляров. Трудно поверить, что ему было уже почти 75 лет. Без его по-юношески живой натуры, неизменно устремленной в будущее, разговор о воспитании новых взаимоотношений между полами не состоялся бы так быстро. Подобно тому как он сорок лет назад взял на себя издание книги Макса Годанна, так и в 1955 году публикацией моей книги «Вопросы пола» он проявил инициативу, которую поддержали и другие издательства. Ныне работы по вопросам сексуального воспитания, выпущенные издательством Грейфенферлаг, стали определенным эталоном. Без них уже немыслимо обучение педагогов. Они уже были переведены на русский, румынский, словацкий языки.

В 15-м издании «Новой книги о супружестве» учтен новый Кодекс о семье в тех случаях, где речь шла о законодательном регулировании семейной жизни.

Со времени появления первого издания книги в 1957 году происходило не только быстрое развитие общества, но и дальнейшее ускорение полового созревания, которое хотя и началось еще два поколения тому назад, особенно заметно проявилось на примере нынешнего поколения 16—20-летнего возраста. Ныне же это стало очевидным фактом.

Прежнее разграничение детства, юности и зрелого возраста все меньше и меньше отражает истинное положение вещей. К тому же молодежи предоставляются не только большие права, перед ней не только открываются перспективы, но на нее возлагаются и обязанности, какие не возлагались ни на одно поколение прежде.

Родители и педагоги должны с самого детства направлять сексуальное воспитание молодежи. Для этого им необходимо

самим ознакомиться с содержанием и методами такого воспитания. Для родителей была написана брошюра «Что я скажу своему ребенку?» с приложением для детей 10—12-летнего возраста. Ныне такая брошюра необходима уже 8—9-летним детям. Для самостоятельного изучения молодежью в возрасте 12—16 лет предназначена книга «Вопросы пола». Следует иметь в виду, что у половины наших девушек менструация начинается с $12^1/_2$ лет! «Новую книгу о супружестве» можно рекомендовать уже молодежи в возрасте 17 лет. Если предупреждение несчастья и заболеваний владеет ныне всеми помыслами врачей, то молодежь уже в 17, а не в 18 лет должна быть просвещена в вопросах семьи и брака при социализме, ибо в 18-летнем возрасте молодые люди по закону уже имеют право идти в загс, чтобы соединить свою жизнь с другим человеком. Я полагаю, что один год им необходимо дать для духовной подготовки к такому шагу. Смелее же, дайте вашим 17-летним детям книгу о браке, чтобы они не вступали в брак вслепую.

Апрель 1966 г. *Рудольф Нойберт*

I ЭВОЛЮЦИЯ БРАКА

1 СТАЛ ЛИ БРАК ПРОБЛЕМОЙ?

Брак претерпевает коренные изменения. Эти изменения проявляются в западных странах в форме распада брака и семьи в среде крестьянства и ремесленников, поскольку с распадом брака как производственного сообщества семья утрачивает свою прочную основу. В социалистических странах истинное содержание этих изменений проявляется совершенно отчетливо. Возникает новый тип брака. Роль брака и семьи претерпевает изменения, новые отношения между полами ищут своего выражения и формы. Пока что намечаются лишь их общие очертания. Изменения происходят в различных социалистических странах по-разному и с различной интенсивностью. Но, несмотря на все различия и противоречия, можно уже отчетливо видеть, что брак все в большей степени приобретает личный, индивидуальный характер, свободный от каких-либо привходящих мотивов и соображений.

Мы — свидетели двух, в высшей степени примечательных противоположных течений. В то время как на Западе раздаются причитания о массовом нивелировании личности, в социалистических странах ставится вопрос о воспитании личности.

Подобно тому как социализм решительно противопоставляет западному обществу, нивелирующему личность, воспитание отдельной личности, точно так же он противопоставляет существующему в этом обществе браку как потребительскому союзу свое представление о нем как о связи, основанной на любви и воспитании, представление о семье как ячейке цивилизованной нации.

Становление новых норм поведения человека, совершенно новых форм взаимоотношений мужчины и женщины в рамках семейного союза нашло свое отражение в Кодексе о семье ГДР, который вступил в силу 1 апреля 1964 года.

Брак по взаимной склонности стал развиваться в XIX веке в среде пролетариата. Поскольку представителю этого класса нечего было наследовать, у него не было иного мотива для заключения брака, кроме собственной склонности.

Таким образом, наиболее заметное изменение претерпела форма заключения брака: молодых людей не женят, а де-

вушек не выдают замуж, они сами выбирают себе партнера и идут регистрировать свой брак, руководствуясь лишь своим собственным желанием. Все зрелые в половом отношении молодые люди имеют право вступать в брак, между тем как столетие тому назад для этого требовалось наличие земельного участка или мастерской и квалификация мастера. Прежде чем идти к священнику, необходимо было тем или иным путем добиваться согласия на брак.

Развод, ставший нормальным общественным явлением в конце XIX века в связи с установлением гражданского брака, был прежде своего рода запасным вентилятором, корректировавшим ошибки представителей старшего поколения, которые выбирали и сводили супружеские пары. В наше время развод — это вентилятор для исправления ошибок молодого поколения, которое вступило в брак по собственному желанию. Мы все еще находимся в стадии перехода от старого брака к новому, особенно от старых, традиционных представлений о нем к новым. Разводы являются, в частности, отражением этого положения, они исправляют наставления родителей или родственников, а также собственные решения молодых супругов. И наконец, они — следствие и отражение недостаточной подготовки молодежи к семейной жизни.

Не проходит и дня, чтобы наши суды не занимались рассмотрением дел о расторжении браков. Создается впечатление, что бракоразводные процессы столь же характерны для современной жизни, как автомобиль и самолет. Хотя законодательство ГДР по вопросам семьи и брака, опирающееся на новые общественные отношения, эффективно противодействует этому явлению, тем не менее и у нас число разводов все еще достаточно велико (к тому же они еще не дают исчерпывающей картины расстроенных браков). Художественная литература уже в течение нескольких десятилетий пишет о непрочности современных браков, которая стала обнаруживаться на примере жизни двух последних поколений.

Август Бебель приводит следующие данные. В Швейцарии число разводов в год возросло с 900 в 1891 году до 1300 в 1906 году, в Австрии — с 1000 в 1899 году до 2150 в 1905 году, в Вене — со 148 в 1871—1872 годах до 319 в 1878—1879 годах. Далее он пишет: «Однако в Вене — городе с преимущественно католическим населением — расторжение брака соп-

ряжено со значительными трудностями; тем не менее в конце восьмидесятых годов один венский судья пришел к выводу, что жалобы на разбитые семьи приходится слышать так же часто, как на разбитые оконные стекла».

Новые данные показывают, что этот процесс продолжал развиваться.

ЧИСЛО РАЗВОДОВ, ПРИХОДЯЩИХСЯ НА 100 000 БРАКОВ

Годы	Франция	Англия и Уэлс	США
1870			81,0
1876—1880	33,9	6,5	
1900	129,0	10,6	200,0
1945—1947	490,0		
1949—1951			1040,0
1950—1952		280,0	

Литература последних двух поколений полна описаний семейных трагедий. В конце XIX века в ней усиливается критика буржуазного брака. После первой мировой войны в ней уже слышатся ноты отчаяния. Например, Артур Шницлер в своей драме «Хоровод» описывает полное разложение морали.

Брак стал проблематичным.

Брак? Может быть, точнее сказать — буржуазный брак, «христианский, западный» брак в среде крестьян, ремесленников, торговцев, чиновников, священнослужителей, учителей, фабрикантов, брак, сложившийся на исходе средних веков и окрепший в последующие столетия. Он был признанным институтом упорядочения половой жизни и продолжения рода, очагом семьи, жизненным и производственным содружеством. *Этот* брак действительно стал непрочным, проблематичным. В течение последних 50—100 лет основы брака все более расшатываются. Процесс разложения брака начался в крупных городах, однако постепенно он охватил также мелкие города и деревню. Если раньше эти трещины бросались в глаза лишь наиболее проницательным людям, то ныне все говорят об опасности, угрожающей браку, о «несчастливых браках». Приведем данные статистики.

В 1960 году в ГДР было заключено 167 583 брака и расторгнуто 24 540. Данные за 1961—1964 годы таковы (следует, однако, сказать, что на эти сдвиги повлияло изменение состава населения; обе цифры приводятся в той же количественной последовательности):

	Заключено браков	Расторгнуто браков
1961	169 438	26 114
1962	165 677	24 900
1963	148 330	24 649
1964	136 064	27 162

(Снижение произошло за счет уменьшения тех возрастных категорий людей, которые достигли возраста для вступления в брак.) На 1000 жителей приходится немногим меньше десяти заключенных браков (в 1962 году — 9,7) и 1,5 развода. Отсюда, однако, еще нельзя делать вывод, будто 15% заключенных браков вновь расторгаются, так как имеются в виду не те же самые браки, однако соотношение заключенных и расторгнутых браков составляет 10 к 1,5.

За каждым из этих разводов скрывается море пролитых слез, взаимные упреки, споры, борьба и страдания.

Типичные примеры буржуазного брака конца XIX — начала XX века настолько часто изображались в литературе, что это избавляет нас от необходимости заниматься казуистикой.

Но общая схема такова. Муж еще до вступления в брак приобрел опыт половой жизни со всякого рода женщинами, в том числе и с девицами легкого поведения. Двадцати восьми лет он женится на двадцатилетней девушке из хорошей семьи (то есть имеющей состояние). Проходит несколько лет, и в семье воцаряется скука. Он мечтает о другой и находит ее. Жена также недолго остается одна: появляется друг дома, который утешает ее. При этом не столь существенно, разводятся ли они официально или продолжают жить вместе ради детей. Так или иначе брак, как таковой, распался.

Однако в последнее время опасности подвергаются и те браки, которые развиваются не по приведенной схеме. Об этом свидетельствуют следующие примеры, взятые из жизни.

Семья Гроссе жила поначалу счастливо. В семье было два мальчика. Трудолюбивые родители откладывали деньги и затем построили домик. В 1945 году Гроссе продвинулся по

службе и стал зарабатывать больше. И тут он влюбился в молоденькую домработницу своего приятеля. Она забеременела от него и родила мальчика. Жена простила мужу его проступок и приняла мальчика в свою семью. Девушка уехала. Казалось, что отныне все пойдет хорошо. Однако два года спустя муж сошелся с секретаршей. Когда она забеременела, он решил жить с ней. Его верная, умная и великодушная жена решила бороться. Были пущены в ход губная помада и пудра, потребовались услуги парикмахера. Она пыталась воздействовать и на совесть мужа. На чашу весов были брошены и дом и дети. После трех лет борьбы, в ходе которой муж все же покинул свою семью, брак был расторгнут. Теперь жена одна содержит своих сыновей. Ну а как же ее бывший муж, счастлив ли он? Некоторое время ему казалось, что он счастлив. Однако потом он понял, что обмен был неравноценным. А жена? Она в раздоре и с небом, и с людьми.

Другой случай. Один преподаватель, человек прогрессивных взглядов и активный участник молодежного движения, был первое время счастлив в своей семейной жизни. Радостью семьи были родившиеся у них две девочки. В 1939 году его мобилизовали в армию. В городе Эйфель он познакомился с молодой девушкой. Неизвестно, что было тому причиной: то ли совершенно новая обстановка, то ли избавление от всяких обязанностей, от повседневных забот, но все его мысли отныне были устремлены к молодой возлюбленной. Во время отпуска он не приезжал домой. Желая начать новую жизнь, он развелся со своей женой. Однако, прежде чем жениться во второй раз, он ближе узнал свою возлюбленную и женитьба не состоялась. В 1945 году он вернулся к своей бывшей жене. Она приняла его без упреков. В течение нескольких лет они жили в свободном браке, а затем официально оформили свой брак и с того времени живут счастливо.

Появилась новая категория браков, заключенных преждевременно и без настоящей взаимной проверки. Нередко нежеланный ребенок является причиной того, что молодые люди, едва достигшие 18-летнего возраста, идут регистрировать свой брак, хотя у них нет никакого внутреннего влечения друг к другу, а иногда даже взаимное отчуждение.

Об этом можно было бы рассказывать на многих страницах. Судьи, врачи, и особенно гинекологи, могли бы написать целые тома по этим вопросам.

Но что же произошло? Или люди стали хуже? Или Запад идет к своей гибели, как об этом писал Шпенглер? Может быть, сравнение его с Римом позднейшего периода справедливо?

И да и нет. В то время также разлагался один общественный строй. Но это не привело мир к гибели, и люди не были хуже, чем они были раньше.

Что делало браки прочными раньше? Были ли причиной тому какие-то внутренние силы? Или это были какие-то факторы внешнего порядка? В этом заключается главный вопрос.

Мы хотим показать, что это были внешние факторы и что в настоящее время задача заключается в том, чтобы сделать более прочными внутренние силы, развить и укрепить их. История брака так же, как и история человечества, вступает в новую фазу.

Моралисты мечут громы и молнии против разврата, безответственности, легкомыслия, погони за наслаждениями. Доброжелательные врачи рекомендуют гомеопатию. Они хотят преумножить наслаждения в брачной жизни, хотят эротизировать брак, преодолеть скуку путем применения возбуждающих средств из восточных стран, подобно тому как детские няни всеми средствами стараются поддерживать хорошее настроение у своих утомленных долгой поездкой детей. Удастся ли этим моралистам и детским няням добиться успеха? Сумеют ли они с помощью техники любви связать или хотя бы сблизить людей, не имеющих друг с другом ничего общего? На этот вопрос мы также дадим ответ в нашей «Книге о супружестве».

Разве еще не наблюдаются зачастую факты, когда и он и она ценят друг друга и лишь недостаточное удовлетворение полового влечения приводит их к взаимному охлаждению и когда эта маленькая трещина в конце концов становится настолько большой, что оба супруга настаивают на разводе? В этих случаях — а их, как нам кажется, немало — более высокая эротическая культура помогла бы удержать вместе двух вполне подходящих друг другу людей. Итак, перед нами встают вопросы: что представляет собой современный брак? Какое значение он имеет для нас? Каким он может и должен быть сегодня и завтра?

2 БРАК — БИОЛОГИЧЕСКОЕ ИЛИ ОБЩЕСТВЕННОЕ ЯВЛЕНИЕ?

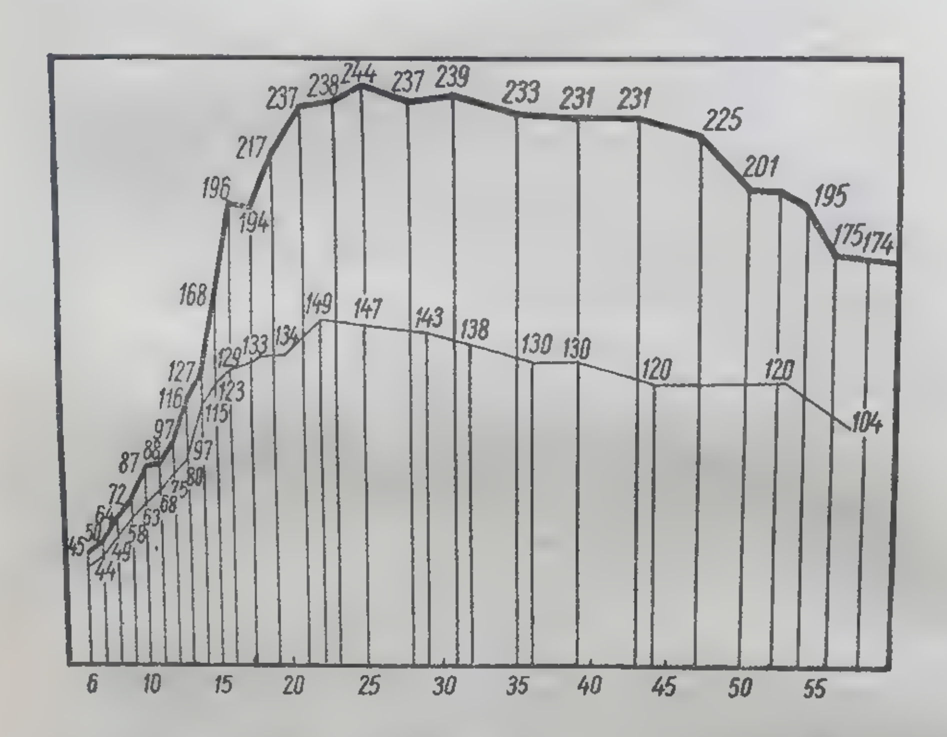
Прежде чем приступить к рассмотрению вопроса о браке, его прошлом, настоящем и будущем, нужно уяснить себе вопрос, что такое брак. Нередко его определяют как естественную необходимость, служащую сохранению рода. Кроме того, в браке осуществляется естественное и стихийное разделение труда, в соответствии с которым муж, как физически более сильный, становится кормильцем семьи, зарабатывает средства на жизнь, выполняет тяжелую работу, в то время как жена является хранительницей семейного очага, обычаев и нравственности и подчинена в то же время мужу («и да будет он твоим господином»). При этом некоторые ссылаются на классическое изображение брака в стихотворении Ф. Шиллера «Колокол» и в эпосе Гете «Герман и Доротея». Они говорят: «Вот естественное разделение функций в семье, вот брак в его чистом виде».

И наконец, они стремятся найти естественные, то есть биологические, анатомо-физиологические и психологические основы приведенного выше разделения обязанностей в семье и указывают, что такое разделение вытекает из строения и функций мужского и женского организма. Рассмотрим, так ли это.

Женский организм устроен иначе, чем мужской (рис. 2), обмен веществ в женском организме значительно отличается от обмена веществ в мужском организме. Физическая сила у мужчины и женщины настолько неодинакова (рис. 1), что уже одно это должно было бы обусловливать различное распределение обязанностей в обществе. Однако человеческое общество никогда не принимало во внимание это различие. Различие в физическом строении, с одной стороны, и требования, которые предъявлялись к женщине во многих странах в прошлом и предъявляются и выполняются ею в настоящем,— с другой, показывают, насколько сильно развиты в человеке общественные начала. Общественное устройство торжествует над всякими биологическими предпосылками и незыблемыми на первый взгляд основами: женщины, существа более слабые, выполняют более трудную работу.

Брак есть прежде всего общественный институт и лишь во вторую очередь биологическое, «естественное» явление. Мы

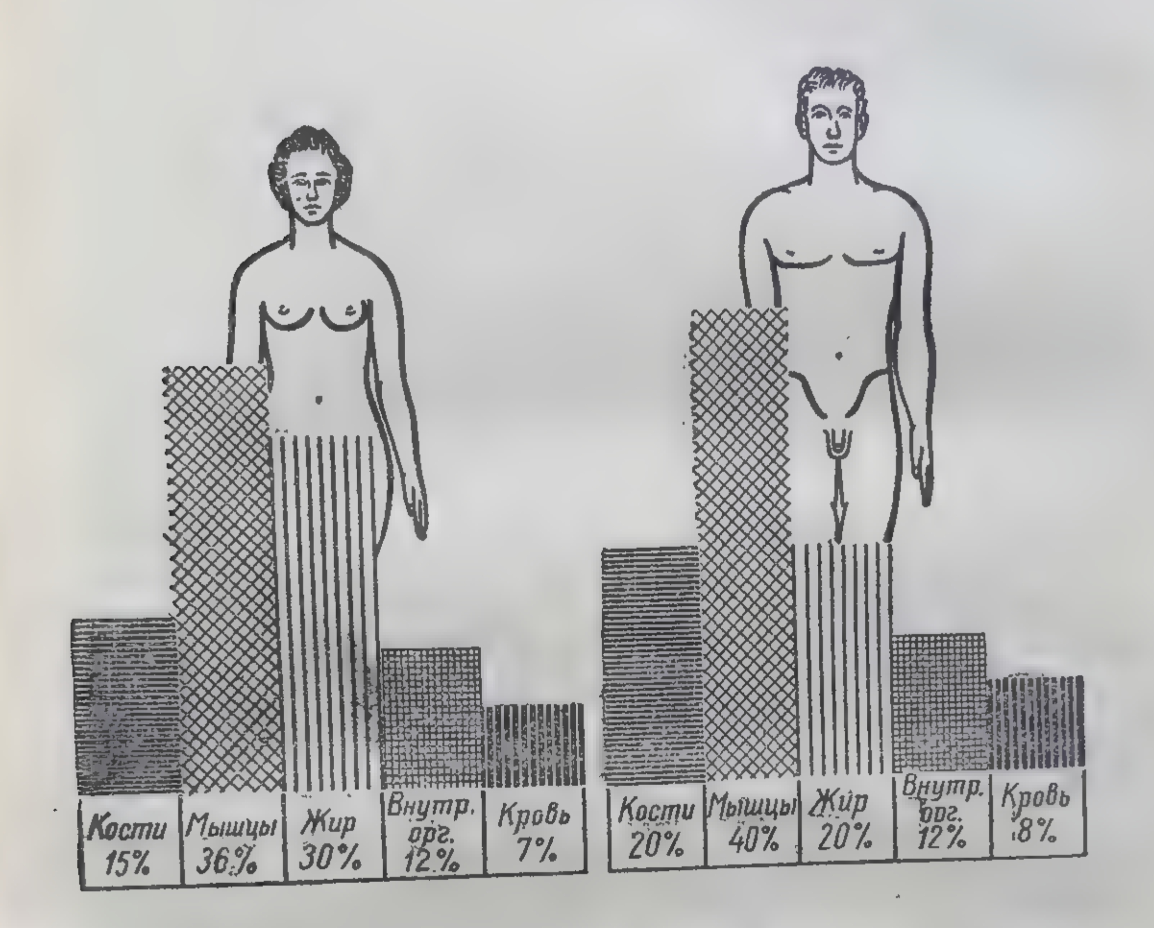
Рис. 1. Физическая сила мужчины и женщины.
▬ физическая сила мужчины; —— физическая сила женщины.
Числа на нижней линии означают возраст.



оставляем в стороне вопрос о том, хорошо ли это или плохо, правильно или неправильно, мы констатируем лишь тот факт, что такое положение существовало в течение прошедших тысячелетий во всех странах мира. Разделение труда между мужчиной и женщиной опрсделялось не физическими способностями, а общественными принципами. Право и бесправие, нравственное и безнравственное формируются не на основе анатомии и физиологии, а на основе общественных принципов. Поэтому никто из нас не может сказать, то или это является естественным предназначением мужчины или женщины. Естественным предназначением женщины является лишь воспроизводство человеческого рода: беременность, роды, кормление ребенка грудью.

Таким образом, брак и семья есть в первую очередь общественное явление и лишь затем биологическое. Теперь это признают все. Западногерманский социолог Хельмут Шельский в своей монографии «Социология половой жизни» обобщил все то, что было изучено, исследовано и опубликовано в последние десятилетия в Западной Европе и США.

Рис. 2. *Различие в распределении тканей в организме женщины и мужчины.*



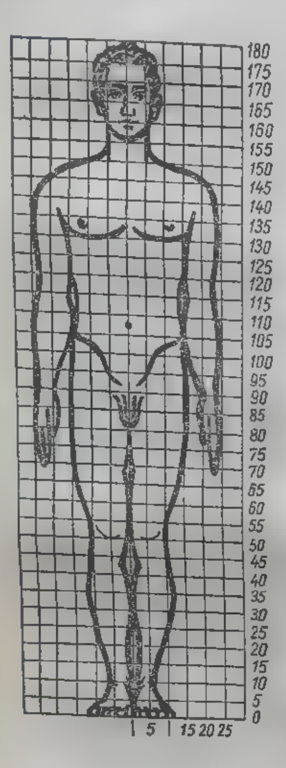
Он также приходит к выводу, что брак является общественной и лишь потом биологической потребностью. Другими словами: брак не дан нам от природы, он возник и сформировался в процессе развития человечества. Поэтому он и трансформировался вслед за изменением общественных форм. В то же время мы и поныне обнаруживаем еще существование моногамии и полигамии и даже остатки матриархата наряду с господствующим патриархатом. Тех, кого интересуют исследования в этой области, мы отсылаем к работам Бовуара, Марга, Мида и Шельского.

По принятому словоупотреблению, мы до сих пор говорили о браке и семье суммарно. Карл Заллер [1] впервые ука-

---

[1] K. Saller, Die Biologie der Familie, Greifenverlag, Rudolfstadt, 1960.

Рис 8 и 6. Пропорции тела у мужчины и женщины (вид спереди). Обратите внимание на размеры тела, ширину плеч и таза, смыкание бедер и т. д



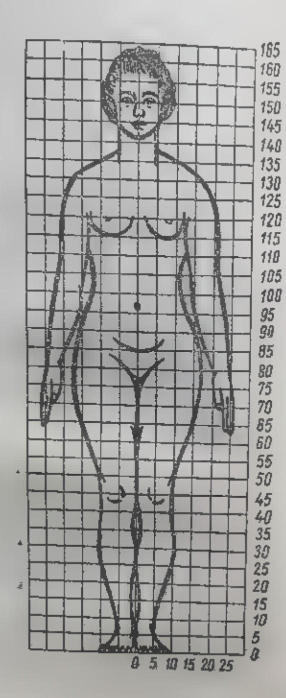
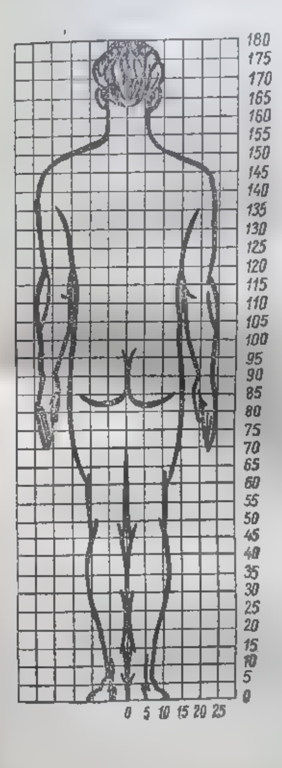


Рис. 5 и 6. Пропорции тела у мужчины и женщины (вид сзади) Обратите внимание на размеры тела, ширину плеч и таза, смыкание бедер и т. д.



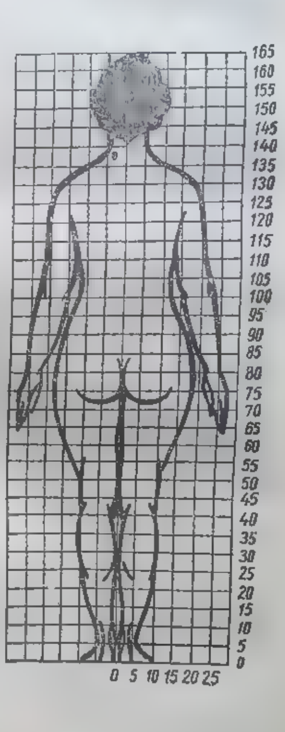
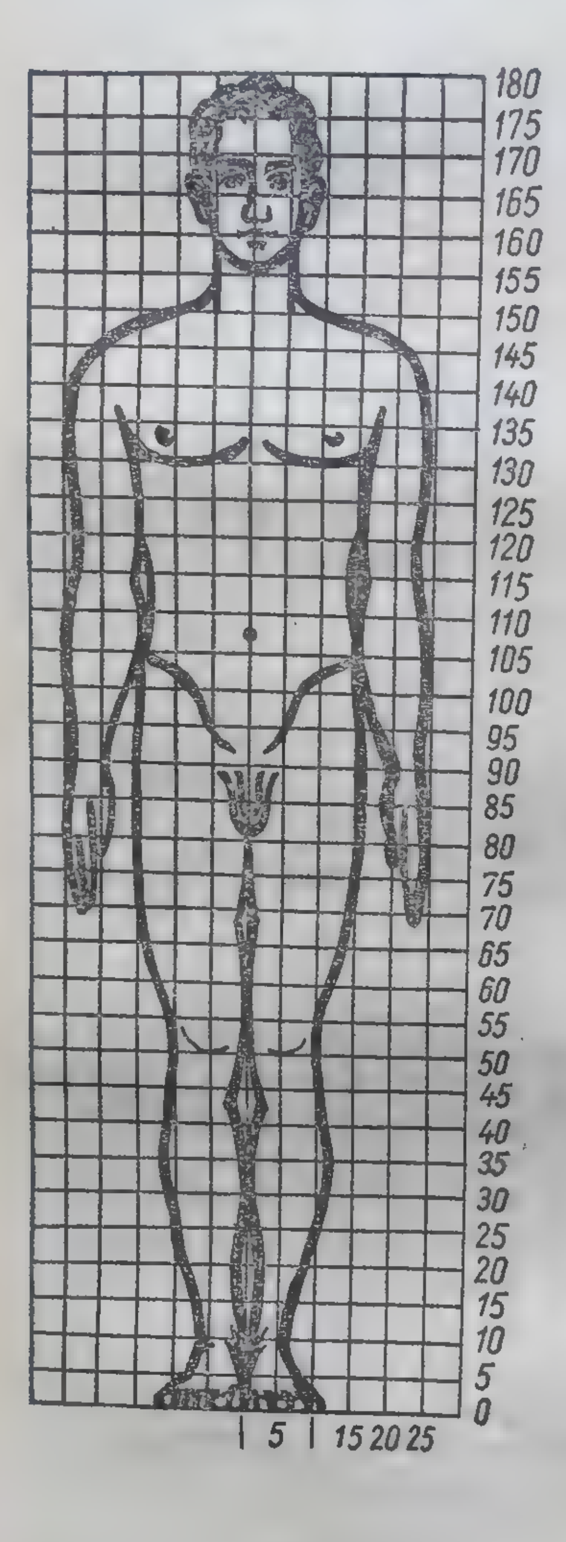


Рис. 3 и 4. Пропорции тела у мужчины и женщины (вид спереди). Обратите внимание на размеры тела, ширину плеч и таза, смыкание бедер и т. д.



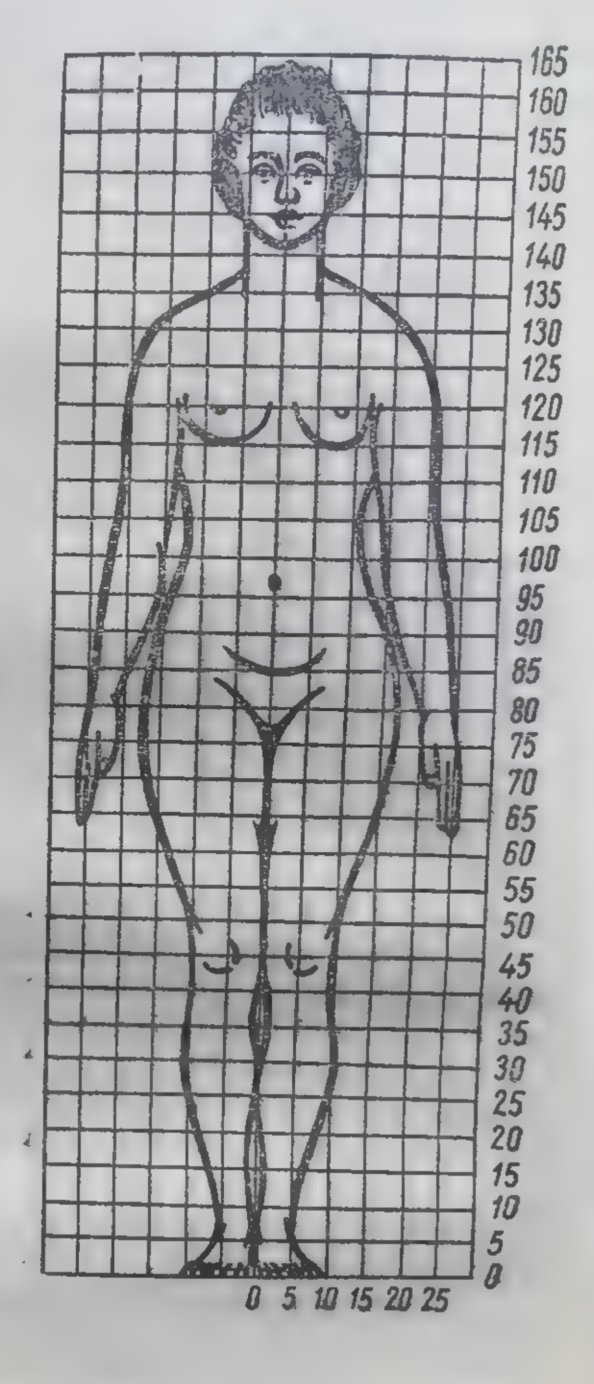
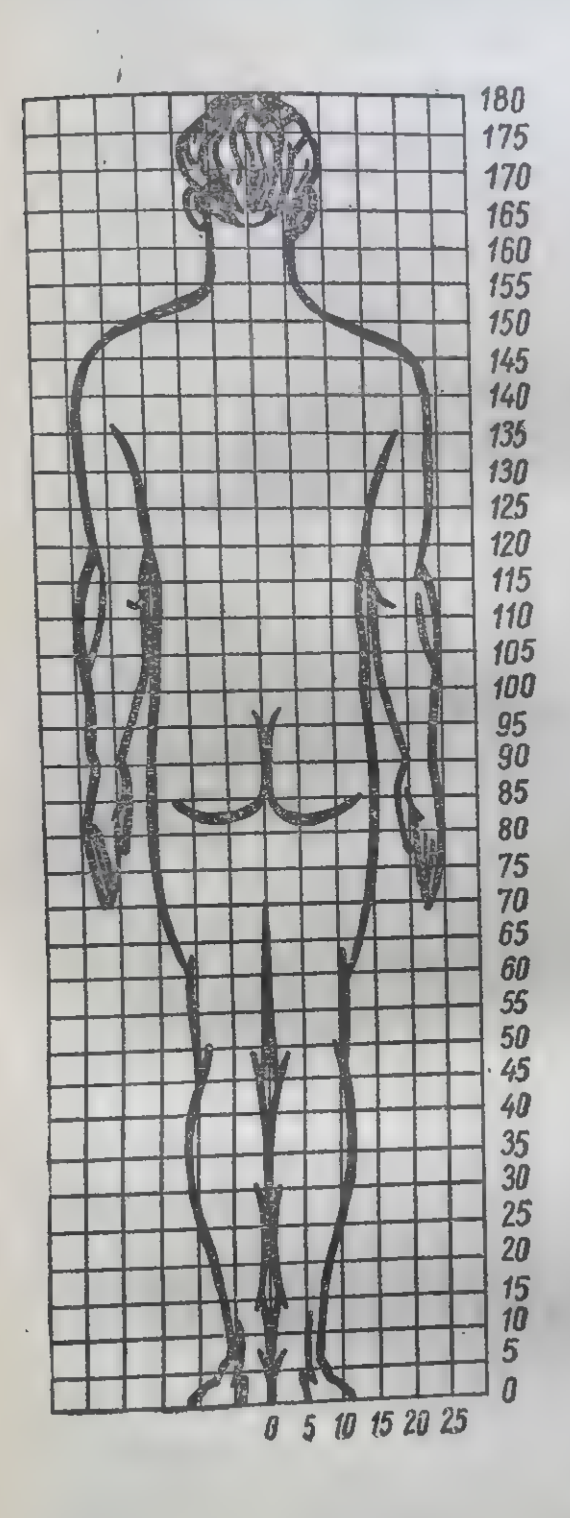
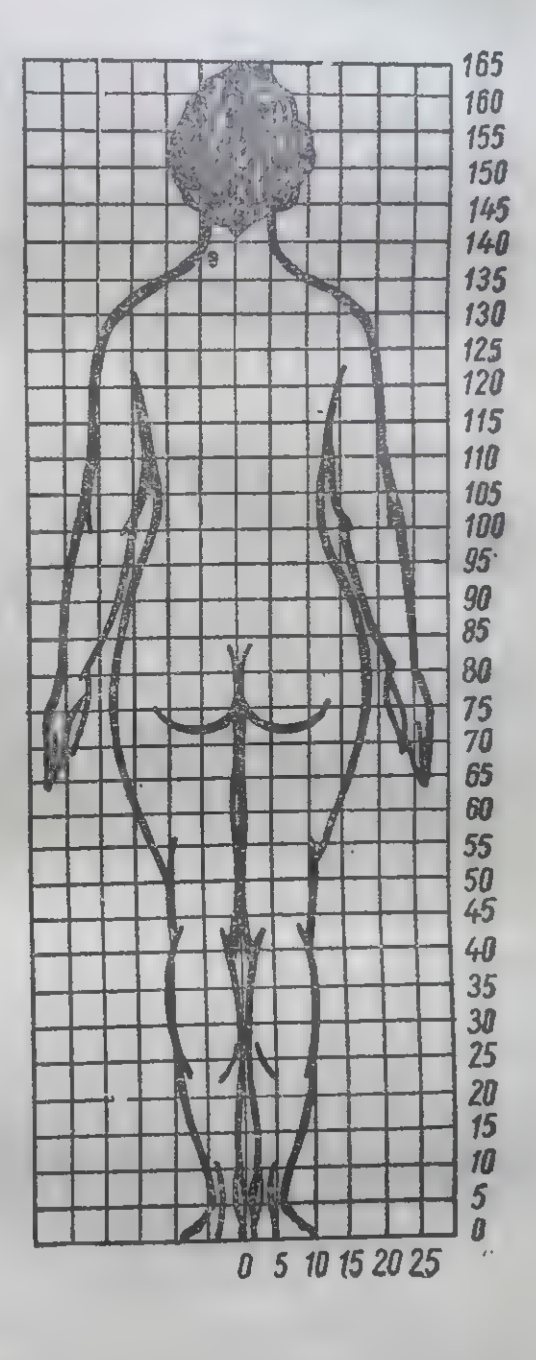


Рис. 5 и 6. Пропорции тела у мужчины и женщины (вид сзади). Обратите внимание на размеры тела, ширину плеч и таза, смыкание бедер и т. д.





зал на необходимость различения семьи и брака. По его мнению, брак — это общественно принятое и узаконенное отношение двух представителей обоего пола. При этом не существенно, идет ли речь о постоянном или временном, моногамном или полигамном браке. Семья же — это союз, основанный на экономических и биологических интересах, это родственные по крови люди, которые вместе живут, работают и ведут хозяйство. Брак может существовать и без ребенка. Семья предполагает по крайней мере одного ребенка. Типичные семьи прошлых эпох включают в большинстве своем три поколения, в состав которых входит много членов. Наряду с супругами в семье могут жить также их не состоящие в браке братья и сестры. Больше того, даже во втором поколении в состав семьи могут входить наряду с семейными также и несемейные дети; это значит, что в лице ближайших родственников жены или мужа в состав семьи входят члены, не связанные с нею кровными узами. Даже общее знакомство с историей культуры показывает, в какой значительной степени семья и брак были общественным учреждением и какое значение им придавало общество. Все религии берут под защиту семью и брак и все особые события в семейной жизни. Последние объявляются «священными» и отмечаются соответствующим образом. Во многих религиозных общинах человек ставит себя вне общества, если осмеливается, например, жить с женщиной без соответствующей санкции церкви или если отказывается освящать важнейшие события в своей семейной жизни.

Сюда относится весь круг сексуально-генеративных событий. Вступление человека в брак всегда сопровождается празднеством всего племени или религиозной общины. Католическая церковь считает брак священным. Мужчина, состоящий с женщиной в фактическом браке без санкции церкви, отлучается от церкви; детей, появившихся от такого брака, церковь рассматривает как внебрачных. Рождение человека повсюду отмечается всем обществом или его представителями. Христиане крестят детей, представители других религий торжественно отмечают появление на свет человека в иной форме (в обществе, в котором особенно сильно проявляется господство мужчины, иногда отмечается лишь рождение мальчика). Во всех человеческих обществах празднуется вступление человека в период половой зрелости. Празднества совершеннолетия, торжественные ритуалы, которыми сопровожда-

ется прием молодых людей в общество взрослых, общеизвестны. Христианская церковь различных направлений в торжественной форме отмечает прием молодежи в общество взрослых.

В социалистическом обществе также празднуются наиболее важные даты семейной жизни. Однако они представляют собой нечто совершенно новое, ибо не связаны ни с верой, ни с религиозными предрассудками, а основаны на научном мировоззрении. В последнее время в социалистических странах стали торжественно отмечаться социалистические бракосочетания и присвоение имени появившемуся на свет ребенку.

Нельзя по-новому построить брак ни в настоящее время, ни в будущем, если подходить к нему лишь с биологической, физиологической и медицинской точек зрения и ориентироваться лишь на эти его стороны.

3 ПРОБЛЕМАТИКА И ЗНАЧЕНИЕ БРАКА

Нам часто приходится слышать, что семья есть ячейка государства. Это мнение мы не можем считать бесспорным. Формулировка, которая дается в конституции ГДР, более правильная. В ней говорится: «Брак и семья образуют основу жизни общества». Было бы неправильным ныне называть семью ячейкой государства и общества во всех отношениях, что было совершенно справедливо сто лет тому назад.

Если в то время производство важнейших товаров, необходимых для жизни, осуществлялось в рамках одной семьи, то ныне большая часть этих товаров производится на предприятиях и в мастерских, для чего в проектных бюро и лабораториях разрабатываются планы, а произведенные товары продаются в универмагах и специализированных магазинах.

Хозяйство крестьянина-единоличника полностью обеспечивало семью. В основном он работал вместе со своей женой и детьми.

В ремесленном производстве изредка еще работают в мастерской совместно муж и жена, а иногда и дети и продают произведенные ими изделия. В этих, и только в этих, семьях и поныне еще господствует старое разделение труда. Мужчина выполняет более тяжелую работу, например, он обта-

чивает и раскалывает деревянные заготовки. Женщина и дети занимаются резьбой и покрывают изделия краской.

Деревенский кузнец своим тяжелым трудом зарабатывает необходимые ему средства, однако он не является единственным кормильцем семьи. Его жена не только ведет домашнее хозяйство, не только воспитывает детей, но и непосредственно производит необходимые для содержания семьи продовольственные продукты в поле и в саду.

В Средних горах (Рудные горы, Тюрингский лес) существует и поныне семейное производство. И, наконец, у врачей, имеющих частную практику, семья еще образует самостоятельную экономическую единицу. Вообще же производственное объединение представляет собой предприятие. Члены одной семьи — отец, мать, взрослые дети — часто работают на двух или даже на трех различных предприятиях, с которыми связаны главные жизненные интересы этих людей. Этот факт наблюдается во всех странах независимо от общественного строя: в Америке, Советском Союзе, Западной Германии и ГДР. Его отмечают социологи как в ГДР, так и в западных странах. Однако этому дается различное объяснение. В буржуазных странах общая точка зрения такова, что люди идут на завод или в учреждение, чтобы зарабатывать себе средства к существованию. У них только одно желание: как можно меньше времени проводить на работе и добиваться возможно более высокой оплаты своего труда. Круг лиц, внутренне заинтересованных в работе, становится все у́же и у́же; лишь предприниматели, директора, инженеры и т. п. внутренне еще связаны с работой, остальные же выполняют свою работу чисто механически. Отсюда делаются соответствующие выводы, и основное содержание жизни переносится на свободное время. В свободное от работы время представляются две сферы деятельности и формы занятий: во-первых, всякого рода увеселения и, во-вторых, собственная семья, дом. Представители этой точки зрения выражают сожаление в связи с тем, что люди проводят свое свободное время все менее активно и самостоятельно и в большей или меньшей степени потребляют те удовольствия, которые доставляет им увеселительная промышленность. Они все менее и менее самостоятельно регулируют свои любовные отношения.

Что же касается социалистических стран, то здесь труд рассматривается как существенный признак человека. Труд

отличает человека от животного; труд, язык, сознание составляют специфически человеческое. Труд преобразует мир, окружающий человека. Труд есть особый родовой признак человека, поэтому право на труд есть неотъемлемое право человека.

В § 1 ст. 1 «Положения об охране труда» от 25/X 1951 г. говорится: «Каждый гражданин ГДР имеет право на труд. Ему должна быть предоставлена удовлетворяющая его работа, соответствующая его способностям».

Это положение было в 1962 году включено в свод законов о труде. Поэтому люди стремятся сделать труд, в том числе и на современном предприятии, достойным человека. Все усилия на производстве направлены на то, чтобы привлечь занятых на предприятии людей к участию в планировании, в улучшении техники производства, в создании новых образцов продукции.

Значительные трудности встают в настоящее время повсюду, в том числе и в социалистических странах, в организации разумного проведения свободного от работы времени. Совершенно по-иному должны быть определены задачи человека в семье. В XIX веке и в первые десятилетия XX века по чисто механической аналогии организация труда, существовавшая в промышленности, была перенесена как на свободное время человека, так и на его жизнь в семье. Теперь мы должны понять, что в противоположность общественно необходимому разделению труда на производстве человек в свое свободное время должен быть неделимым.

Отсюда в семейной жизни возникают совершенно новые, чрезвычайно сложные проблемы.

Семья является идеальным гнездом для грудных и маленьких детей. Для грудного ребенка существует лишь один стопроцентный продукт — молоко матери и лишь физиологический способ кормления — высасывание молока ребенком из груди матери. Все другое, в том числе и молоко другой женщины, подаваемое в бутылочке, представляет собой эрзац. Конечно, оно лучше, чем любая искусственная питательная смесь. Но когда ребенок сосет грудь матери, ему приходится делать значительно бо́льшие усилия. Он не только сосет, но в то же время и делает жевательные движения. Таким образом, у него нормально развивается нижняя челюсть. В постоянном контакте грудного ребенка с матерью, которая его кормит, купает, меняет пеленки, играет с ним,

делает гимнастику, развиваются первые реакции маленького гражданина мира. Ребенок должен научиться даже улыбаться. Улыбка пробуждается у ребенка тогда, когда ему улыбается мать.

Тщательные наблюдения показали, что в семье грудной ребенок вступает в контакт с членами семьи в два-три раза чаще, чем в яслях для грудных детей.

Поэтому в Советском Союзе отпуск для матерей увеличен до 128 дней. В ГДР с 1963 года на период до и после родов женщине предоставляется отпуск длительностью 98 дней, то есть четырнадцать недель; если же роды были связаны с какими-либо осложнениями или если родились близнецы, то длительность отпуска составляет шестнадцать недель. Задача детского врача — добиться того, чтобы в течение первых шести месяцев мать была все время, а в течение следующих шести месяцев большую часть дня вместе с грудным ребенком.

Нам представляется, что для ближайших поколений главное содержание семейной жизни будет состоять в том, чтобы ухаживать за детьми, растить и воспитывать их.

В Советском Союзе в последнее время строят детские сады и ясли преимущественно общего типа, строительство же садов для грудных младенцев и самых маленьких сведено лишь к самому необходимому минимуму. Туда принимаются лишь дети, которые не могут воспитываться матерью или родителями. В СССР ставится целью создать в этих детских садах семейную обстановку. Отсюда вытекают далеко идущие глубокие изменения в нашем отношении к генеративной функции женщины, ценности этой функции для нации в целом, к требованию о предоставлении одной семье отдельной квартиры и т. д. Быть матерью становится профессией. Для того чтобы правильно кормить грудных, маленьких детей и детей школьного возраста, необходимы большие знания и навыки.

Изменяется также наше отношение к половой проблеме. Половая близость перестает быть главным содержанием брака, как это имеет место для многих в настоящее время. Деторождение в браке будет иметь социальное и — пока существует государство — государственное значение.

Воспитание и правильное кормление детей, заботы о домашнем хозяйстве в недалеком будущем перестанут быть уделом одной лишь женщины. Мужчины все больше и больше

внимания уделяют этим вопросам. Оба супруга стремятся решать их общими усилиями.

Насколько далеко ушли мы в наших мыслях и чувствах за короткий, не более чем двадцатилетний период, показывает сравнение лишь двух параграфов Гражданского кодекса с законодательством в ГДР.

Гражданский кодекс (издание 1954 года)

§ 1354

(1) Мужчине принадлежит право решения всех вопросов, касающихся совместной жизни в браке, в частности он определяет местожительство и жилище.

(2) Женщина не обязана выполнять решения мужа, если они представляют собой злоупотребление своим правом.

Примечание:

Это положение противоречит принципу равноправия и поэтому не может быть применимо в соответствии со ст. 30, 114 Конституции.

§ 1359

При выполнении обязанностей, вытекающих из супружеских отношений, муж и жена обязаны проявлять по отношению друг к другу такую же заботу, которую они проявляют в делах, касающихся их самих.

Примечание:

Это положение противоречит существу брака и поэтому не может применяться, как это явствует из ст. 144 Конституции.

Супруги должны выполнять свои обязанности по отношению друг к другу столь же добросовестно, как и по отношению к третьим лицам.

Можно параграф за параграфом анализировать положение о браке, и всякий раз наше чувство будет неизменно восставать против неравенства мужчины и женщины, зафиксированного в этом положении. Другими словами, законы нашего государства уже не являются словами, существующими лишь на бумаге, они соответствуют мыслям и чувствам большинства народа. Гражданский кодекс в его первой редакции был составлен в 1896 году (вступил в силу 1 января 1900 года); цитируемая нами последняя редакция датируется 1954 годом. Таким образом, за какие-нибудь 54 года правовая форма и правовое содержание изменились коренным образом.

В Веймарской конституции Германской империи от 11 августа 1919 года ст. 119 гласила:

Брак как основа семейной жизни, а также сохранения и укрепления нации пользуется особой защитой конституции. В основе брака лежит равноправие обоих полов. Сохранение чистоты, здоровья, а также социальное содействие семье является задачей государства и общин. Многодетные семьи имеют право на материальное обеспечение.

Материнство имеет право на защиту и обеспечение со стороны государства.

В ст. 6 западногерманской конституции говорится:

1. Брак и семья находятся под особой защитой государства.
2. Воспитание и уход за детьми являются естественным правом и прямой обязанностью родителей. За этим следят государственные органы.
3. Дети могут быть отделены от семьи против воли кормильцев лишь на основе закона, если они не справляются со своими обязанностями или если детям грозит опасность беспризорничества по каким-либо другим причинам.
4. Мать имеет право на защиту и заботу со стороны общества.
5. Законодательство должно обеспечить для внебрачных детей одинаковые условия для их физического и духовного развития, а также одинаковые условия их положения в обществе наравне с законными детьми.

В Конституции ГДР говорится:

Ст. 30:

Брак и семья образуют основу общественной жизни. Они находятся под защитой государства. Законы и постановления, нарушающие равноправие мужчины и женщины в семье, отменяются.

Ст. 31 и далее:

Женщина в период своего материнства имеет право на особую защиту и заботу со стороны государства.

Государство издает закон о защите материнства. Следует создать учреждения по охране матери и ребенка.

Ст. 33:

Рождение ребенка вне брака не должно иметь каких-либо отрицательных последствий ни для него, ни для родителей. Законы и постановления, противоречащие этому положению, отменяются.

Приведение этих статей не преследует цели вести дискуссию по поводу законодательства о семье и браке в обоих германских государствах. Для этого было бы необходимо учас-

тие целого коллектива юристов, представителей общественных наук и врачей.

Одно лишь замечание. В ст. 6, абзац 2 западногерманской конституции говорится о естественном праве родителей на уход за детьми и воспитание. Но что под этим подразумевается? Откуда у родителей знания о хорошем уходе за детьми и их правильном воспитании? От природы или из общественной сферы?

Странно, что в главе об основных правах западногерманской конституции брак и семья берутся под защиту государства и в то же время ни одним словом не отмечается их значение для общественной жизни. Из ст. 6 вытекает, что брак и семья рассматриваются лишь как источник продолжения рода.

Ст. 30 Конституции ГДР значительно точнее и шире определяет брак и семью как основу общественной жизни.

Мы исходили из того, что брак был в прошлом и остается в настоящее время общественным институтом и лишь во вторую очередь есть союз, преследующий задачи продолжения рода. Продолжение рода может происходить и без института брака (моногамия, полигамия). И вот создается несколько странное положение, когда вследствие выделения производства из рамок семьи последняя лишь теперь начинает приобретать большое значение как очаг воспитания детей. Сюда же относится и культурное содержание современного брака, о чем речь будет идти ниже. Он становится очагом, где в маленьком семейном кругу происходит общение между людьми.

Абсолютистское государство называло брак и семью своей «основной единицей», буржуазная республика сохранила за ними это название. Если семья и брак — основа столь различных общественных явлений, то в таком случае один брак не идентичен другому. Возникает вопрос: существует ли какой-то неизменный брак, как таковой? На этот вопрос можно ответить очень просто: «Нет, неизменного брака не существует, есть лишь различные формы семьи и брака».

Достаточно бросить беглый взгляд на развитие брака в мире и проследить историю человеческого общества, чтобы сразу же убедиться в том, что существовали различные формы полигамии. После того как люди перешли к оседлому образу жизни, возникла моногамия, но и моногамия претерпевала многократные изменения в связи с изменениями основ общества и его социальной системы.

Этот факт наполняет нас радостью и уверенностью, ибо если мы ныне слышим утверждение, что брак распадается, семья разлагается, то в ответ на это мы сразу же можем возразить: нет, это неправильная формулировка. Вместо того чтобы говорить: «Брак распадается», нужно говорить: «Разлагается буржуазный брак». В этом утверждении заложена основа нашей уверенности в том, что возникает новый, социалистический брак.

Некоторые говорят: «Общественный порядок разлагается, наступает хаос». В действительности же дело обстоит совершенно иначе. Тот или иной общественный строй разлагается. Естественно, что при этом утрачивают свою силу и свою обязательность все его правила, положения, институты и оценки. Однако порядок не исчезает. Старые общественные порядки заменяются более правильными порядками. Социалистический общественный строй находится в стадии формирования, и все, у кого есть глаза и уши, могут наблюдать этот творческий процесс. На одном примере можно хорошо проиллюстрировать изменение взглядов людей.

На рубеже XIX и XX веков говорили еще о каком-то особом «мужском» и «женском» мире. Мужчина работал по своей специальности, женщина вела домашнее хозяйство и следила за детьми, или, как иронически говорили в то время, ее обязанностями были: кухня, дети, церковь (Küche, Kinder, Kirche). В то время женщины ездили в поездах в женских вагонах, они собирались отдельно от мужчин. Последние создавали свои особые объединения. Пережитком этого являются специальные женские программы на международных конгрессах. Женщин водят в музеи, для них устраивают демонстрации мод, мужчины же слушают научные доклады. Но такое разделение постепенно исчезает. Ныне женщины сами читают доклады о результатах своих научных исследований и проявляют такой же большой интерес к научным докладам, как и их мужья. Музеи они посещают вместе, экскурсии по городу увлекают их ничуть не меньше, чем мужчин.

Для того чтобы познакомиться с девушкой или посвататься к ней, нет необходимости вырывать ее из женского окружения и сводить с молодыми людьми при каких-то особых обстоятельствах (уроки танцев, домашние вечера и т. д.). Они живут, учатся и работают вместе.

4 О ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВЕ ПО ВОПРОСАМ БРАКА В ГДР

На основе нового понимания брака в ГДР возникает и новое законодательство. Сначала были изданы распоряжения и инструкции по вопросам брака. Правовая практика лишь приближается к решению тех или иных проблем; в частности, браки, которые существовали длительное время, особенно если результатом их было появление детей, расторгаются в настоящее время лишь в том случае, если на то существуют особо серьезные основания. Инструкции о заключении и расторжении брака от 24 ноября 1959 года предпослана преамбула, в которой говорится:

«В ГДР браком является союз, заключенный мужчиной и женщиной для совместной жизни, союз, основанный на равноправии, взаимной любви и уважении и содействующий совместному развитию супругов, воспитанию детей в духе демократии, социализма, патриотизма и дружбы между народами. Брак и семья находятся под особой защитой государства. Рабоче-крестьянская власть ГДР охраняет и укрепляет развитие здорового брака и семьи. Легкомысленное отношение к браку противоречит моральным принципам трудящихся...»

Первого апреля 1966 года вступил в силу новый Кодекс о семье. Его проект был опубликован в 1965 году и в течение длительного времени подвергался всенародному обсуждению. После этого текст в переработанном виде был направлен в законодательные органы — Государственный совет и Народную палату.

Человеку, привыкшему читать законы, этот Кодекс о семье покажется чем-то новым, совершенно отличным от всего того, что «декретировалось» в прошлом в данной области. В нем говорится о счастье людей, о здоровой и счастливой жизни, о воспитании здоровых и счастливых детей.

Обращает на себя внимание и то, что новый Кодекс трактует и о положительных требованиях, предъявляемых к гражданам. В старых законах указывалось лишь то, что подвергалось запрету. Т. Фишер говорил, что нравственное подразумевается само собой. Раньше выдвигались лишь требования: не убий, сохраняй супружескую верность и т. д.

В Кодексе о семье указывается также то, к чему стремится законодатель, то есть народ. В нем содержатся советы и рекомендации. Наконец, общество создает консультационные пункты, в которых люди перед вступлением в брак или в случае каких-либо осложнений в семейной жизни могут получить консультацию, совет, помощь и т. д.

Наш новый Кодекс о семье решительно отходит от тех старых предписаний, которые, по существу, лишь регулировали финансовые вопросы, размеры денежной помощи, права супругов на доход, на внесенное при вступлении в брак состояние, а также права наследования.

Новым элементом Кодекса является его четко выраженная воспитательная направленность и точные указания о воспитании детей. Возможно, что эти указания представлялись старому законодателю излишними, поскольку все регулировалось обычаями и нравами. В наше переходное время воспитание — это все. Поэтому вопрос об ответственности за воспитание, в данном случае ответственность родителей за своих детей, должен стать предметом законодательного регулирования.

Мы не можем привести здесь полный текст Кодекса, да в этом и нет необходимости, поскольку он был опубликован государственным издательством ГДР. Но чтобы охарактеризовать содержание и дух Кодекса, необходимо воспроизвести здесь несколько важных его положений.

Из преамбулы

Семья является первичной ячейкой общества. Она основана на браке, заключаемом для совместной жизни, и особенно на тесных узах, возникающих между мужчиной и женщиной, на взаимной любви, уважении и взаимном доверии между всеми членами семьи.

Первая часть — Общие положения

§ 2

В социалистическом обществе равноправие мужчины и женщины решающим образом определяет характер семьи. Это налагает на супругов обязанность строить свои отношения друг к другу таким образом, чтобы они в полной мере могли пользоваться правом на развитие своих способностей во имя личного и общественного блага. В то же время это требует уважения личности другого человека, оказания ему помощи в развитии его способностей.

§ 3

(1) Граждане строят свои семейные отношения таким образом, чтобы они способствовали развитию всех членов семьи. Благороднейшей задачей родителей является в тесном контакте с государственными учреждениями и общественными организациями воспитывать своих детей здоровыми и жизнерадостными, трудолюбивыми и всесторонне образованными людьми, активными строителями социализма.

(2) Вместе с тем воспитание — это задача и обязанность всего общества. Поэтому социалистическое государство с помощью своих органов и путем проведения определенных мероприятий добивается того, чтобы родители могли осуществлять свои права и обязанности в воспитании своих детей. Особое внимание должно уделяться оказанию помощи многодетным семьям, а также одиноким матерям и отцам.

§ 4

(2) Государственные учреждения совместно с общественными организациями должны учреждать консультационные пункты по вопросам семьи и брака, где опытные и знающие специалисты будут давать советы и оказывать помощь тем, кто вступает в брак или вообще обращается к ним по какому-либо семейному вопросу. Работники консультационных пунктов обязаны соблюдать служебную этику в отношении тех дел, с которыми к ним обращаются граждане.

Вторая часть—БРАК

Первая глава: ВСТУПЛЕНИЕ В БРАК И СЕМЕЙНЫЙ СОЮЗ

1. Вступление в брак

§ 5

Общие положения

(1) Вступая в брак, мужчина и женщина создают семейное сообщество для совместной жизни, сообщество, основанное на взаимной любви, уважении и верности, на взаимопонимании, доверии и бескорыстной помощи друг другу.

(2) Заключение брака приводит к созданию семьи, цель которой — вести совместную жизнь, воспитывать детей, способствовать тому, чтобы родители и дети в равной мере становились всесторонне образованными и морально устойчивыми людьми.

(3) Перед вступлением в брак оба партнера должны серьезно подумать о том, существуют ли у них достаточные предпосылки для заклю-

чения брачного союза и создания семьи, имея в виду характер, взгляды, интересы и всю их предшествующую жизнь. Желание провести такую взаимную проверку может быть осуществлено путем помолвки.

(4) Вступление в брак разрешается в том случае, если мужчина и женщина достигли восемнадцатилетнего возраста.

2. Брачный союз — Общие положения

(1) Супруги равноправны. Они живут и ведут свое хозяйство совместно. Все вопросы совместной жизни и развития каждого члена семьи решаются ими с обоюдного согласия.

(2) Брачный союз раскрывается в полной мере и выполняет свое назначение в рождении и воспитании детей. Родители совместно осуществляют свое право на воспитание детей.

§ 10

(1) Оба родителя вносят свою долю в воспитание и уход за детьми и ведение хозяйства. Отношения супругов друг к другу должны строиться таким образом, чтобы жена могла сочетать свою производственную и общественную работу с обязанностями, налагаемыми на нее материнством.

(2) Если один из супругов, до сих пор не работавший, решает заняться трудом, повышать свое образование или вести общественную работу, то другой супруг должен в порядке оказания ему товарищеской помощи поддерживать его стремление.

§ 12

Расходы на семейные нужды

(1) Расходы на удовлетворение материальных и культурных потребностей супругов, малолетних и живущих на семейном содержании совершеннолетних детей покрываются совместно супругами и детьми в соответствии с их возможностями, доходами и прочими средствами, покрываются в денежной форме, а также в форме вещественных и трудовых затрат. Это требование остается в силе и в том случае, если супруги временно живут отдельно друг от друга.

(2) Если один из супругов не имеет собственного заработка или средств, то он вносит свою долю в форме труда по хозяйству и ухода за детьми. Если один из супругов не в состоянии вносить свою долю на семейные расходы, то их должен полностью нести другой супруг.

Вторая глава: ПРЕКРАЩЕНИЕ БРАКА

1. Расторжение брака

§ 24 Общие положения

(1) Брак может быть расторгнут лишь в том случае, если суд установил, что существуют серьезные причины, указывающие на то, что данный брак утратил свой смысл для супругов, детей и тем самым для общества.

(2) Если один из супругов возбуждает дело о разводе, то суд обязан тщательно рассмотреть все обстоятельства этого дела. Особо следует изучить вопрос о том, не причинит ли развод вред интересам малолетних детей и не будет ли он иметь слишком тяжелых последствий для одного из супругов.

Третья часть — РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Первая глава: ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ

Общие положения

§ 42

(1) Воспитание детей — важная гражданская обязанность родителей, которые пользуются за это уважением и признанием со стороны государства и общества.

(2) Цель воспитания детей заключается в том, чтобы вырастить их духовно развитыми, морально устойчивыми, физически здоровыми людьми, сознательно участвующими в общественном развитии. Сознательным выполнением своих родительских обязанностей, личным примером и согласованным отношением к детям родители воспитывают у них социалистическое отношение к учебе и труду, уважение к людям труда, прививают им правила социалистического общежития, чувство солидарности, социалистического патриотизма и интернационализма.

В соответствии с Кодексом о семье во всех районах должны быть созданы консультационные пункты по вопросам семьи и брака. Мы надеемся, что уже в следующем издании этой книги сможем привести список действующих консультационных пунктов.

Что представляют собой и как работают консультационные пункты по вопросам семьи и брака? Что это, спе-

циализированная поликлиника? Отнюдь нет. В Кодексе особо подчеркивается, что «помощь будут оказывать опытные и знающие специалисты». Мы повторяем — «знающие». В одном случае это может быть юрист, в другом — педагог, в третьем — врач. Здесь особенно потребуются услуги врачей, так как осложнения, которые нередко имеют место в семейной жизни или перед вступлением в брак, зачастую могут быть устранены лишь с помощью врача. Будем надеяться, что прежде, чем идти в загс, будущие муж и жена посетят консультации по вопросам семьи и брака.

Форма консультации отличается здесь от беседы на приеме у врача. К последнему приходит на прием пациент с жалобами на какие-то боли или недомогание, беспокоящие лишь его одного. Врач осматривает пациента, ставит диагноз и оказывает помощь. На консультационном пункте уже двое заинтересованных, у которых возникли какие-то трудности в совместной жизни. Здесь необходимо выяснить, почему эти трудности возникли именно в процессе совместной жизни. Вследствие этого помощь должна касаться не одного человека, а двоих. Очень часто самым важным и в то же время самым трудным является для обоих понять то, что́ они делают неправильно. Им нельзя чего-либо навязывать, они сами должны найти причину. Поэтому нередко метод консультации заключается в том, чтобы указать пациентам правильный путь, заставить их самих найти причину зла. Они сами должны дать себе совет. Нередко ответ у них уже есть, они лишь не решаются высказать его. Консультант не должен выступать на передний план, его обязанность — заставить говорить посетителей и внимательно выслушать их.

Это очень древний метод. Еще Сократ применял его в отношении своих учеников, но впоследствии он был предан забвению. В вопросах брака нельзя чего-либо добиться приказами и распоряжениями. Оба должны жить вместе, каждый из них должен научиться понимать другого ради себя и ради совместной жизни. В скором времени, по-видимому, потребуется организация курсов для консультантов и издание учебных пособий.

Согласно Кодексу о семье в брак могут вступать люди, достигшие восемнадцатилетнего возраста. Но этого не должно быть! При современном уровне исследования наследственных заболеваний еще нельзя поручиться за правиль-

ность врачебных запретов на вступление в брак. Только лица, находящиеся под опекой — а она учреждается на основании медицинских показаний,— не имеют права вступать в брак. Болезни, и особенно хронические заболевания, сильно осложняют брак. Поэтому посещение консультации перед бракосочетанием должно стать доброй традицией. Болезнь может быть излечена перед заключением брака, или врач может посоветовать в конкретном случае отказаться от брака именно с данным партнером.

Расторжение брака регулируется в новом Кодексе в соответствии с теми принципами, которые оправдали себя на практике за период с 1952 года. В ГДР брак расторгается не по старому принципу вины, а в каждом отдельном случае решается вопрос, имеет ли он какой-нибудь смысл для супругов и общества или нет. Принцип вины превратился в чистую формальность. Инсценировалось нарушение супружеской верности, и суд должен был разводить супругов. Примечательным является в Кодексе забота о детях. При расторжении брака нужно учитывать благополучие детей. Суд не обязательно оставляет детей у матери или у отца, а присуждает их тому, кто предположительно может обеспечить им лучшую жизнь.



II ПРОДОЛЖЕНИЕ РОДА У ЛЮДЕЙ

1 ПРОДОЛЖЕНИЕ РОДА И БРАК, ПРОДОЛЖЕНИЕ РОДА И ОБЩЕСТВО

В капиталистических странах среди господствующих классов создалась тенденция к бездетным или по крайней мере к малодетным бракам. Эта тенденция мало-помалу распространилась на экономически наиболее обеспеченную часть правящих классов. Возникло странное противоречие: чем более обеспечена супружеская пара, тем она больше опасается, что многодетность в семье приведет к распылению наследства или же ограничит возможности супругов к беспечной жизни и развлечениям.

В противоположность таким взглядам во многих государствах основной целью брака считают размножение человека. Эта сторона брака в последнее время приобретает наибольшее значение. Она все отчетливее выдвигается на передний план сравнительно с другой функцией брака — производством материальных средств для удовлетворения жизненных потребностей в рамках семьи.

Употребленный здесь термин «размножение» в применении к человеку следует понимать в широком смысле как воспроизводство, постоянное обновление человеческого рода. Производить на свет детей, рожать детей было бы мыслимо и вне брака. Однако воспроизведение рода человеческого требует несравненно больше забот и всестороннего обеспечения. Для обеспечения многолетнего ухода и забот о подрастающем поколении в ходе истории выработался особый институт — брак и семья, в котором мать и отец сообща заботятся о содержании и воспитании детей.

Ввиду этого следует со всей настойчивостью подчеркнуть, что наш брак по своему содержанию значительно отличается от спаривания животных. Брачные пары у пингвинов хотя и имеют столь сходные с человеческими парами черты, представляют, однако, объединение, предназначенное исключительно для размножения. Для этой цели такие пары ежегодно соединяются вновь. Их поведение целиком определяется инстинктом. Семья человека коренным образом отличается от них. Совместная жизнь матери и ребенка продолжается значительно дольше, чем этого требует простое выхаживание

выводка птенцов. Дети получают в семье значительно больший объем знаний, чем это необходимо для того, чтобы прокормиться, они значат для родителей гораздо более, чем просто объект «удовлетворения инстинкта».

Поскольку способ размножения у нас, людей, ставит нас в ряд с родом млекопитающих, постольку люди подчинены закономерностям биологии. В связи с этим мы не можем безнаказанно преступать законы природы; в то же время зачатие, беременность, роды, кормление ребенка грудью и воспитание детей значат для каждого из нас и для общества в целом нечто иное и большее, чем просто выполнение закона природы.

Это правда, что человеческий род без достаточного размножения вымер бы и без выполнения этого закона природы не могло бы существовать человеческое общество. Однако справедливо и то, что воспроизводство человеческого рода принимает такие формы, которые явно отличаются от всех форм воспроизводства у животных. Выкармливание птенцов и выхаживание детенышей у млекопитающих ни в коей мере не прообраз выращивания и воспитания детей.

При размножении у человека (и, как мы увидим, в еще более сильной степени в области половых отношений у человека) биологические закономерности и нормы общественного поведения переплетаются самым тесным образом. Эти биологические закономерности имеют очень давнее происхождение и отличаются большим постоянством; в то же время нормы общественных отношений на протяжении столетий резко меняются. Только при одновременном рассмотрении обеих сторон можно составить точное представление о человеческом браке и семье и не впасть в заблуждение, жертвой которого стал в свое время Реверенд Мальтус, которому и в настоящее время еще привержены некоторые гинекологи, евгенисты и демографы, придерживающиеся односторонней, чисто биологической позиции.

В пределах нашей книги нет возможности представить общую социологию общества с узаконенным браком. Мы вынуждены сделать лишь ссылки на имеющиеся литературные источники, причем должны отметить, что они включают труды ученых самых различных специальностей, тогда как резюмирующих и обзорных работ пока еще нет. При этом следует отметить, что взгляды на эти вопросы юристов или

социологов несколько отличаются от взглядов специалистов по социальной гигиене.

Обратимся теперь к вопросу о том, какие изменения произошли в Германии в отношениях между родителями и детьми, а также между детьми и семьей только за последнее столетие.

1. Дети оказывают все меньшую помощь в семье и, наоборот, требуют все больших экономических затрат. Вначале дети нуждались в экономическом обеспечении до окончания начальной школы (до 14 лет), но в дальнейшем этот период все более и более возрастал и достиг 16 и даже 18 лет.

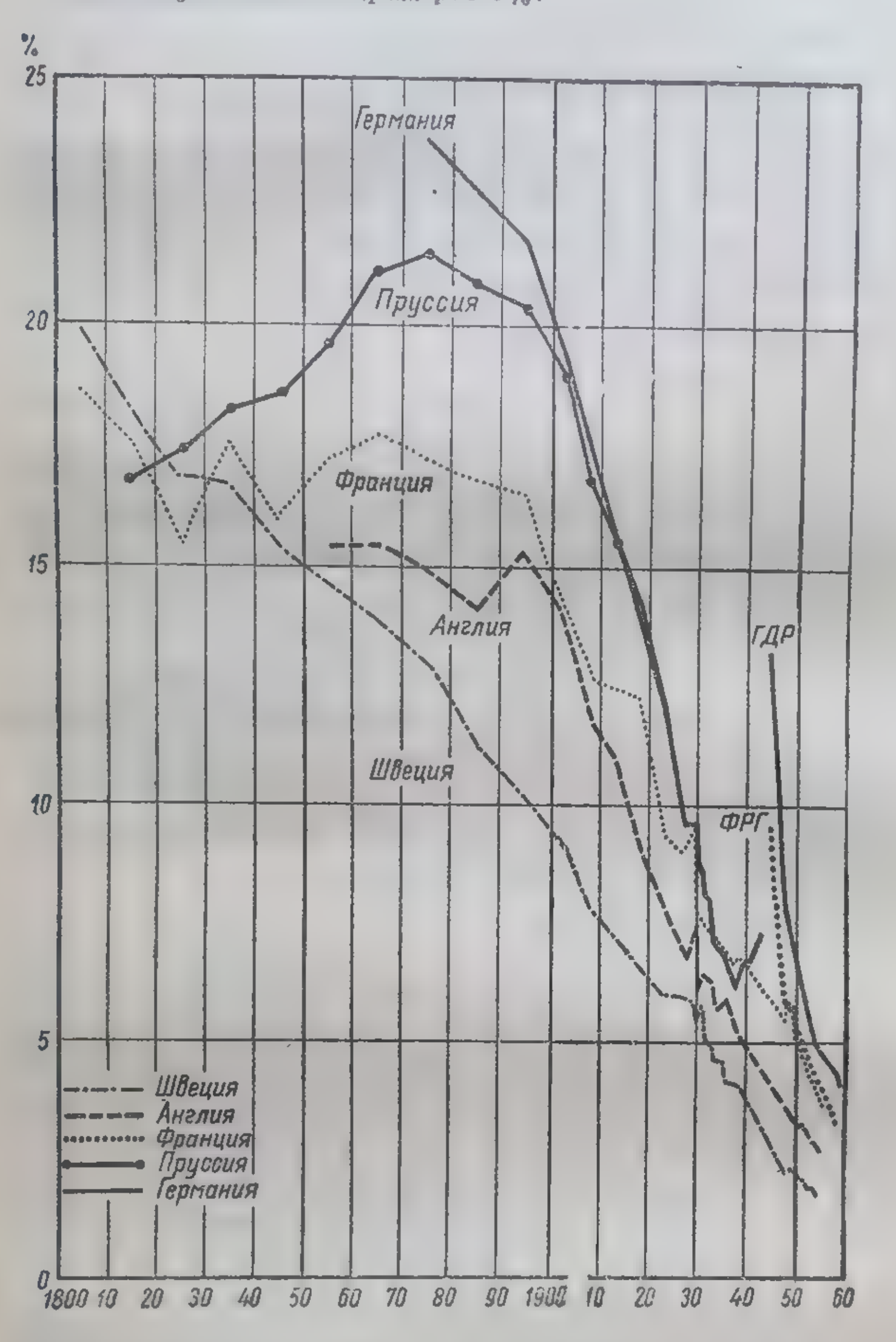
2. Следствием этого явилось ограничение числа детей в семье. Нормой стали семьи с двумя и тремя детьми, семьи с четырьмя и большим числом детей стали встречаться все реже. Семьи с одним ребенком не являются более печальным исключением, как это было прежде. Все чаще встречаются преднамеренно бездетные семьи. (К данному случаю не следует относить бездетность и малодетность, имеющие место независимо от желания супружеской пары.)

3. На обслуживание и воспитание единственного ребенка затрачивается значительно больше усилий и забот, что, помимо всего прочего, приводит к снижению смертности грудных детей (и вообще детской смертности). Иными словами, при этих условиях значительно большее число рожденных детей вырастает и достигает производительного возраста.

В связи с происшедшим сдвигом изменились и отношения между родителями и детьми. Мы рассмотрим сначала одну сторону этих отношений: родители стали проявлять гораздо больше забот, они стали затрачивать больше средств на образование детей, больше беспокоиться о выполнении ими школьной программы. Круг детей, получающих дополнительное образование, помимо школы, все увеличивается. В связи с этим контакт между родителями и детьми, с одной стороны, становится теснее, однако, с другой стороны, эти отношения заканчиваются ранее, чем прежде. В прежние времена подрастающие дети оставались в кругу семьи, теперь же они часто оставляют семью для продолжения образования.

При этом усиливающееся участие в воспитании детей и индивидуальная забота о них со стороны родителей замечательным образом сочетаются с ранней самостоятельностью детей, которая начинает возникать у мальчиков, затем все

Рис. 7. Обзор статистики смертности грудных детей за период 1800—1960 годы в некоторых европейских государствах. В ГДР она продолжала снижаться и в 1963 году составляла примерно 3%.



более распространяется и на девочек. Это явление особенно болезненно и тяжело переносят матери.

В последнее время к индивидуальной заботе о детях и тому бремени, которое берут на себя родители, чтобы дать детям образование, все в большей мере присоединяются усилия общества. Для детей родителей любого социального уровня стали доступны все виды образования. Обучение в школе стало бесплатным. Все нуждающиеся дети бесплатно обеспечиваются учебными пособиями, их родителям оказывают материальную помощь. Наряду со школой о всестороннем развитии способностей детей заботятся общественные организации. В пионерских дворцах организуются лаборатории и мастерские, они обеспечиваются музыкальными инструментами, принадлежностями для рисования и моделирования. Учение и образование все в меньшей степени зависят от родителей и все в большей мере обеспечиваются обществом. Это явление также вызвало свои последствия: увеличилось участие родителей в профессиональном образовании детей, с другой стороны, дети стали раньше выходить из-под надзора и опеки родителей, чем это было ранее, при мелкотоварном производстве (у крестьян и одиночек, кустарей-ремесленников).

При достаточно раннем браке, когда супружеская пара обзавелась двумя-тремя детьми в первые годы совместной жизни, в довольно еще молодом возрасте она вновь остается одна. В хозяйственном и социальном отношении это приводит к совершенно новой ситуации, на которую мы здесь коротко указывали и которую рассмотрим подробнее в другом месте.

Представим себе молодого учителя и молодую учительницу, которые поженились в возрасте 22 лет, то есть после сдачи государственных экзаменов. В 23 года жена рожает первого ребенка, в 25 лет — второго, в 27 — третьего. С этого времени она оставляет работу и посвящает себя воспитанию своих детей и, кроме того, становится помощницей мужу в его профессиональной работе. Ей будет лишь немногим более 40 лет, когда ее младший ребенок, закончив начальную школу, покинет родной дом и поступит в школу-интернат. Старший в это время уже начал учебу в вузе в другом городе. Дети получат стипендии, станут на собственные ноги. Матери не остается ничего другого, как вновь начать работать по специальности, и она в качестве учительницы проработает еще 20 лет.

Еще более разительна эта картина в рабочей семье. Хорошо обеспеченный 20-летний квалифицированный рабочий берет в жены девушку, также квалифицированную работницу с хорошим заработком. Молодая женщина в 19 лет рожает первого ребенка. Представим, что с интервалами в 2—2,5 года у нее появляются второй и третий ребенок; таким образом, когда матери исполнилось 23 года, маленькое семейство уже сформировалось; младший ребенок закончит среднюю школу, когда матери будет только 39 или 40 лет. Само собой понятно, что она не захочет оставаться в стороне от жизни или зачислить себя в старухи. Она займется работой по своей специальности и проработает еще 20—25 лет.

Следует обратить внимание на то, что в соответствии с новыми общественными отношениями, различные ступени которых можно наблюдать во всех развивающихся странах, супружеская жизнь и жизнь семьи отчетливо делится на определенные периоды и фазы. Приведем здесь эти периоды и рассмотрим закономерности, которым они подчиняются.

1-й период — период молодоженов, жизни вдвоем, период, когда супруги узнают друг друга, совместно работают, а зачастую и вместе учатся, период созидания домашнего очага.

2-й период — появление в семье маленьких детей, когда мать и малыши образуют тесный круг. Иногда взаимосвязь между матерью и маленькими детьми даже чересчур тесна, так что муж остается вне их круга. Второй период в известной мере ограничивает деятельность родителей вне дома, дети на несколько лет приковывают родителей к домашнему очагу.

В настоящее время многие не понимают значения этого второго периода и потому не могут полностью пережить и прочувствовать его. Мы всегда сталкиваемся с такой опасностью в тех случаях, когда не живем настоящим моментом, то есть стремимся перешагнуть через очередной период или же остаемся в состоянии, которое нам более не соответствует. Не нужно бояться! Каждое правильно прожитое настоящее подготавливает наше будущее, или, наоборот, правильно прожитое настоящее никогда, как этого многие боятся, не заслоняет будущего. Опасности второго периода таятся частично во внешних факторах, среди которых следует прежде всего указать на несчастные случаи: родители оставляют малышей одних, дети играют с огнем и задыха-

ются в дыму. Однако гораздо более обычной является опасность отчуждения детей от родителей, которые пренебрегают обязанностями описываемого периода. Хотя в этом случае детей нельзя назвать сиротами, между ними и родителями не создается атмосферы доверия и тепла. Хотя родители физически и имеют детей, они теряют духовную связь с ними, не оказывают влияния на их развитие и в действительности упускают важный период в жизни именно потому, что боялись упустить что-либо в своей жизни.

3-й период — период детей старшего возраста. Он характеризуется установлением сильного взаимного интереса между родителями и детьми, созданием общности на почве домашнего обучения и выполнения домашних работ, увеличения радиуса прогулок, разнообразия проводимых в семье мероприятий, соответствующих возрасту игр, путешествий с ночевками в палатке и т. д.

4-й период наступает после того, как последний ребенок достигает возраста, когда начинается учеба вне родительского дома. Родители вновь остаются вдвоем. Однако теперь это уже совсем другая пара, более зрелая и прошедшая испытания, поставленные перед ней совместно прожитой жизнью. Хотя дети уже взрослые и их нет больше дома, однако они живут, они — реальность.

5-й период — подрастают внуки, муж и жена стали бабушкой и дедушкой; все реже остаются они вдвоем, предоставленными сами себе. Они принимают новую функцию в ряду поколений. Роль бабушки и дедушки, с давних пор воспетая поэтами (Гете, Штифтер, Готтфрид Келлер), в настоящее время становится нам гораздо яснее, чем ранее.

Мы упоминали, что описанные периоды существовали и прежде. Однако ранее они не воспринимались как отчетливо отграниченные отрезки жизни, потому что молодая и старая семьи жили и работали рядом, под одной крышей, в одном хозяйстве. В крестьянском доме или в доме пастора растущая, так же как и отживающая, семья находила свое место. Поэтому не было необходимости так подробно, как теперь, изучать периодичность брачной жизни, с тем чтобы в каждый период жить и действовать соответственно его законам. Теперь, когда с жильем встречаются затруднения, возникает новая проблема. Мы уже читали о «растущем жилище». Это очень меткое выражение. Если растущая семья вначале занимает квартиру из 2 комнат, затем из 3, далее из 4,

то должна ли ее жилплощадь вновь уменьшаться после того, как дети покидают отчий кров? Сейчас архитекторы уже строят дома с передвижными перегородками. Нужно еще много экспериментировать, чтобы удовлетворить запросы новых семей при всех жизненных обстоятельствах.

2 ПОЛОЖЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА В РЯДУ ЖИВОТНЫХ

Естественная смерть индивидуума в конце прожитой жизни, которая мудрецами и простыми людьми воспринимается просто, под влиянием различных религиозных и философских систем представляется людям устрашающей и карающей. Для мыслящего человека естественная смерть отдельных индивидуумов есть необходимость, которую он воспринимает спокойно: умирать часто тяжело, но смерть не таит в себе никаких ужасов.

Мы знаем, что жизнь продолжается и общество людей сохраняется в языке, науке и искусстве, наших мыслях и творениях как неотъемлемом свойстве человека. Смерти отдельных существ противопоставляется рождение новых индивидуумов.

Гете писал о природе: «Жизнь — ее прекраснейшее изобретение, смерть — ее уловка, направленная на приобретение многих жизней».

В биологии понятие размножения включает в себя процессы, которые поддерживают продолжение рода. Если живое существо состоит только из одной клетки, рост и размножение протекают в одном и том же процессе. Поскольку одна клетка может размножаться только путем деления (в большинстве случаев на две, иногда же и на большее число частей) и поскольку при этом делении не остается никакого остатка, постольку можно говорить о бессмертии одноклеточных. Они растут и, когда достигают определенного размера, делятся, что как раз и означает размножение. При этом клеток-матерей и клеток-детей не существует и смерти индивидуума не происходит. Точности ради следует добавить, что при воздействии внешней силы умирают и одноклеточные, например при поедании их другими животными.

Как только образующиеся при делении клетки перестают отделяться друг от друга и остаются в едином комплексе,

иначе говоря, как только возникают многоклеточные живые существа, это положение полностью изменяется. Теперь путем отпочковывания, отделения отщепляется меньшая часть многоклеточного создания, и таким путем возникает соотношение мать—дитя. Более крупное многоклеточное существо производит меньшее, одно- или многоклеточное, которое с течением времени подрастает до размеров материнского организма и вновь дает начало дочерним организмам.

Следующая по сложности ступень — та, которая наблюдается у всех высших организмов. В ходе развития клетки, составляющие многоклеточные организмы, не остаются более или менее одинаковыми или, как говорят, «недифференцированными», как это имеет место у низших водорослей и животных (полипов), а специализируются и дифференцируются. Высшие организмы состоят из миллиардов или даже биллионов совершенно различных клеток, которые не могут уже беспрепятственно подвергаться делению. Чем дальше заходит процесс дифференциации, тем более снижается способность к восстановлению (регенерации). В связи с процессом дифференциации возникает новое явление: происходит образование особых клеток размножения и даже специальных органов размножения. С подобным явлением мы сталкиваемся как у высших растений, так и у всех высших животных. При этом на ранней стадии развития индивидуума происходит отделение маленькой группы недифференцированных клеток. Эти клетки в течение всей жизни так и остаются недифференцированными, из них возникают зародышевые клетки.

Разделение клеток на телесные, дифференцированные, специализированные и на клетки размножения дало повод для проведения многих исследований и создания многочисленных теорий. Здесь следует упомянуть лишь об одном важном наблюдении: телесные клетки стареют, в результате чего через определенный для каждого вида организмов жизненный период, длящийся от нескольких дней до многих лет, индивидуум умирает. Тем временем возникают новые растения или животные того же вида.

С образованием особых клеток размножения тесно связано еще одно явление — сексуальность, или двуполовость. Внешне это проявляется в том, что среди животных и растений одного и того же вида развиваются особи двух различных форм, которые, кроме того и прежде всего, отличаются

друг от друга по своему химизму. Эта биполярная сексуальность (двуполовость) вначале еще не имеет прямого отношения к воспроизводству и размножению. Взаимное тяготение, которое имеет место между двумя разнополыми особями живых существ одного вида, всегда приводит к их объединению. Если они представляют собой две отдельные клетки, они сливаются и образуют зиготу, или оплодотворенное яйцо. При этом происходит слияние клеточных тел и клеточных ядер. Если бы в цепи последовательных поколений происходило постоянное объединение ядер сливающихся клеток, постепенно произошло бы образование гигантского ядра. Однако этого не происходит благодаря тому, что чаще всего до объединения, а иногда и после него всегда происходит выталкивание из сливающихся клеток половины ядра.

У людей половина ядра выталкивается из клеток перед слиянием. Этот процесс получил название «деление созревания».

У высших животных образуется два вида клеток размножения: одни более крупные, богатые питательными веществами, другие маленькие, подвижные. Первые называют яйцевыми, вторые — семенными клетками. Животных, у которых формируются яйцевые клетки, относят к женскому, тех же, у которых вырабатываются семенные клетки,— к мужскому полу.

В ходе миллионов лет вырабатывались разнообразные и часто изумительные способы объединения яйца и семени. Проще всего этот процесс протекает у всех животных, живущих в воде. Так, самки рыб откладывают яйца в воду, например на дно отмели; самцы рыб, проплывая над этим участком, насыщают воду клубами семенных клеток. Яйцевые клетки выделяют химические притягивающие вещества, которые привлекают семенные клетки, приближающиеся к яйцу и сливающиеся с ним.

Коль скоро животный мир распространился на сушу, возникла необходимость выработки других способов, обеспечивающих соединение яйцеклетки и семенной клетки. Оба эти вида клеток не выносят высыхания, они могут сохранять жизнеспособность только во влажной среде.

В связи с этим у сухопутных животных семенная жидкость, содержащая миллионы семенных клеток, вносится непосредственно в организм женской особи. Самки некоторых животных сохраняют семенную жидкость в особых резер-

вуарах (пузырьках), благодаря чему запасом семени может быть оплодотворено большое количество яиц (у пчел десятки тысяч). У млекопитающих для оплодотворения каждого зрелого яйца необходим отдельный половой акт с выделением мужских семенных клеток.

Для обеспечения оплодотворения яйца мужские особи привлекают самок цветом, запахами, движениями и звуками. Оплодотворенные яйца подвергаются в дальнейшем воздействию солнечного тепла (ящерицы) или высиживанию (птицы). У млекопитающих органы для созревания плода образуются внутри организма.

В зависимости от уровня развития вида животного детеныши при появлении на свет еще очень беспомощны и нуждаются в уходе матери, например детеныши мышей, кроликов, кошек, или же они уже довольно самостоятельны, могут следовать за матерью и наряду с материнским молоком употреблять другую пищу (например, верблюды, лошади, коровы, козы).

Новорожденное дитя человека, несмотря на высокий уровень развития человека или именно поэтому, крайне беспомощно. Оно нуждается в уходе в течение нескольких лет. Этот факт весьма примечателен и является поводом для многих раздумий. Речь идет о последующем «вторичном домоседстве» [1], необходимом для воспитания ребенка. Отсутствие самостоятельности у человеческого детеныша непосредственно связано с высоким развитием у него головного мозга и с тем фактом, что люди всему должны учиться и иметь возможность учиться. При рождении люди обладают лишь весьма немногими инстинктами. Практическое значение имеет для новорожденного лишь один врожденный инстинкт — это способность сосать материнскую грудь.

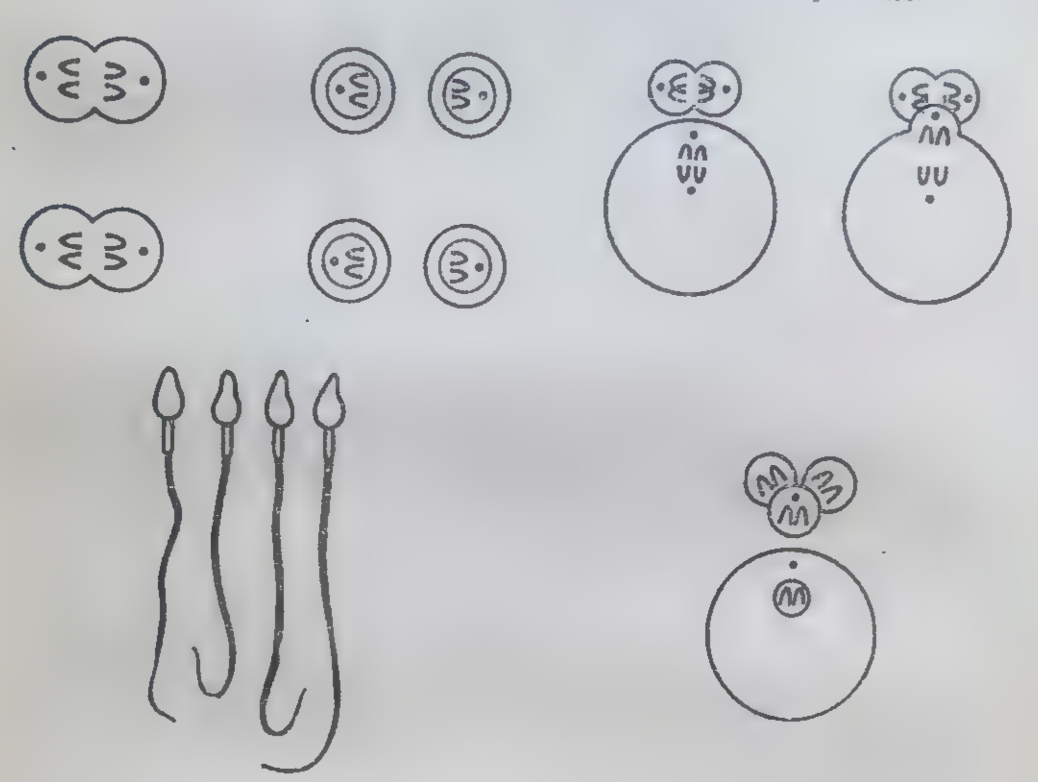
Ранее уже упоминалось, что размножение и сексуальность (сексуальностью называют разделение животных одного вида на два различных пола) тесным образом связаны между собой. Было бы очень интересно проследить историю развития этой взаимозависимости и дифференциацию полов у человека сравнить с такой дифференциацией у высших животных (птиц и млекопитающих). Однако мы, к сожалению, должны отказаться от развития здесь этой мысли.

---

[1] См.: Adolf Portman, Vom Ursprung des Menschen, Basel.

Рис. 8. Созревание сперматозоидов. Происходит деление хромосом ядра. Каждый сперматозоид содержит половинное количество хромосом.

Рис. 9. Созревание яйца. При созревании яйца происходит отпочковывание маленьких клеточных частиц, так называемых полярных телец. И здесь каждое полярное тельце, так же как и зрелая яйцеклетка, содержит только половинное число хромосом.



Внешняя разница между мужчинами и женщинами является выражением того, что между ними имеется разница и во внутреннем строении организма. Два вида половых гормонов, которые вырабатываются в мужских и женских половых железах, циркулируют по всему организму, омывают все клетки. Благодаря этому не только внешний вид, но также и реактивность, часто настроенность и даже сопротивляемость различным заболеваниям у мужчин и женщин оказываются различными. Есть болезни, которым мужчины более подвержены, чем женщины, а другие болезни, наоборот, чаще встречаются у женщин, чем у мужчин. Эта разница зависит не только от особых функций женского организма, связанных с вынашиванием детей, их рождением и выкармливанием, но и является выражением различной организации и различных физиологических реакций.

3 ОРГАНЫ РАЗМНОЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Для мужчины и женщины особенно характерна разница в органах размножения и непосредственно прилегающих частях тела. Так, постоянно имеется разница в строении мужского и женского таза (рис. 10). Вход в таз у женщин имеет форму поперечно расположенного овала, копчиковая кость и задний нижний отросток подвздошной кости расположены таким образом, что не препятствуют прохождению головки ребенка при родах. Органы размножения у обоих полов расположены в малом тазу или же прикрепляются к нему посредством соединительнотканых образований, связок, мышц, складок кожи. Несколько обзорных рисунков (рис. 18—21) могут дать лучшее представление для первичной ориентации, чем словесное описание.

По строению органов размножения человек принадлежит к числу млекопитающих животных, более точно — к животным, образующим при внутриутробном развитии плода детское место, или плаценту. Мы, люди, занимаем в этой группе особое положение, так как у женщин через каждые 4 недели происходит отторжение слизистой оболочки матки, причем женщины теряют некоторое количество крови (80—100 *мл*), чего не наблюдают у самок животных.

Половые органы

(Органы размножения) у женщин

Половые железы женщины, достигшей половой зрелости, яичники (парные, правый и левый), имеют размер боба. Они укреплены в своем положении связками, по которым проходят также питающие их сосуды. В течение детородного периода, который продолжается примерно от 13 до 45 лет, в яичниках через регулярные интервалы времени образуются зрелые, готовые к оплодотворению яйцевые клетки. Последние в нормальных условиях образуются попеременно то в левом, то в правом яичнике. Созревание яйцевой клетки (яйца) продолжается около 8 недель, таким образом, каждые 4 недели происходит выделение зрелого яйца.

Рис. 10. Мужской и женский таз. Внутренние очертания таза у мужчины имеют выемки в форме трилистника, тогда как у женщины они ровные, благодаря чему головка ребенка свободно проходит через таз.



Рис. 11. Дно таза у мужчин и женщин. Дно таза состоит из мышечных пластов, поддерживающих внутренности таза. Дно таза у женщин подвергается большей опасности повреждения, чем у мужчин. Расслабление дна таза ведет к опущению внутренностей. Ввиду этого гимнастические упражнения для мышц дна таза являются важным средством сохранения здоровья.

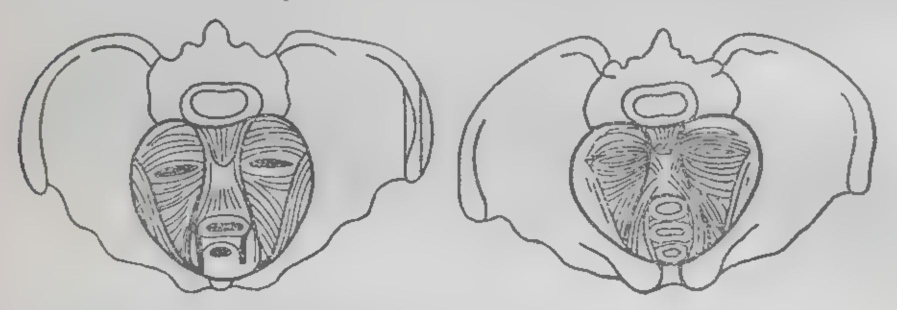


Рис. 12. Яичник (продольный разрез по срединной плоскости). Видны граафовы пузырьки в различной стадии образования.

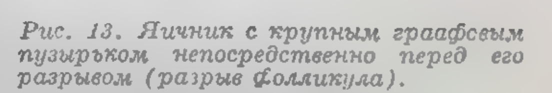
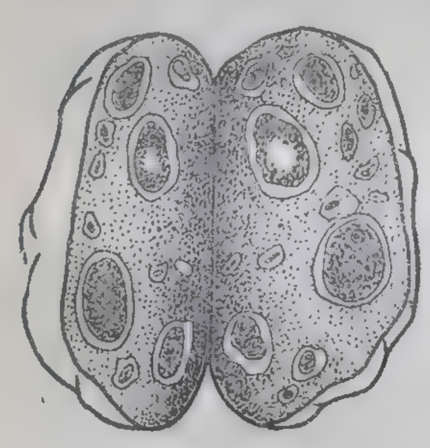


Рис. 13. Яичник с крупным граафовым пузырьком непосредственно перед его разрывом (разрыв фолликула).



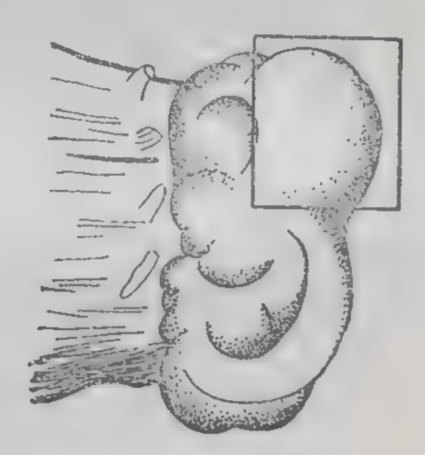
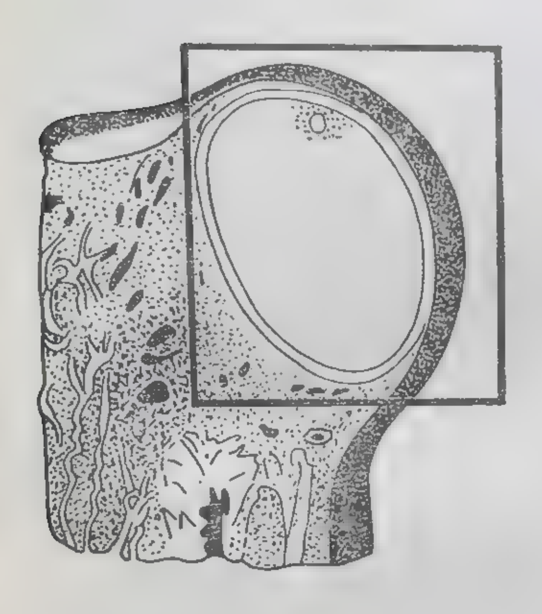


Рис. 14. Разрез через граафов пузырек незадолго до его разрыва.

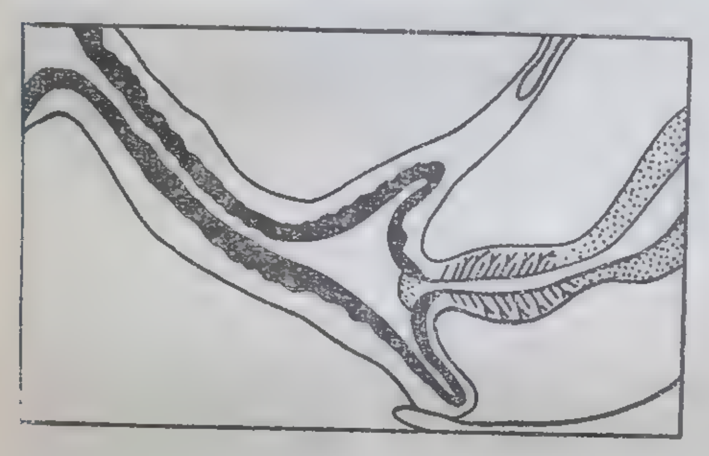


Между незрелыми яйцеклетками (первичные фолликулы) в яичнике располагаются округлые или продолговатые клетки, значение которых длительное время оставалось неясным. Им было дано название промежуточных клеток. Подобного же рода клетки находятся и в мужских половых железах, тестикулах (яичках). Эти промежуточные клетки у девочек и женщин выделяют женский, у мальчиков и мужчин — мужской половой гормон. Таким образом, половые железы выполняют двоякую роль: они вырабатывают клетки размножения (половые клетки) и образуют половые гормоны, которые поступают непосредственно в кровь. Разносясь кровью по всему организму, половые гормоны оказывают большое влияние на рост, обмен веществ, формирование внешнего облика, темперамент, работоспособность человека.

Если разрезать яичник в продольной плоскости и рассматривать его при большом увеличении, то можно увидеть большое количество круглых покоящихся клеток. Это первичные яйцевые клетки, или фолликулы. Каждая новорожденная девочка появляется на свет, имея 200 000—300 000 таких фолликулов. Из этого числа созревают и образуют зрелое яйцо лишь 200—300 фолликулов.

В первые 10 лет жизни девочки первичные фолликулы остаются в покое, а образование половых гормонов происходит лишь в незначительном количестве. Лишь с наступлением периода так называемого полового созревания происходит увеличение размеров яичников. Вначале начинают функционировать промежуточные клетки, которые выделяют все возрастающее количество полового гормона. К концу периода

Рис. 15. Слизистая пробка Кристеллера (черным изображена слизистая оболочка влагалища, заштриховано точками — слизистая оболочка матки). В канал шейки матки открывается большое число протоков слизистых желез. Наружный зев закрыт слизистой пробкой.



созревания образуются зрелые, то есть способные быть оплодотворенными яйцевые клетки. Фолликулы, которые находились в состоянии покоя, начинают делиться. Вначале делятся один, потом другой раз, а затем они выталкивают из себя три маленьких тельца, так называемые полярные тельца. Как и при всяком делении клеток, из окрашиваемого вещества клеточного ядра (хроматина) при этом образуются хромосомы. При первом делении хромосомы делятся, как обычно, в длину и каждая дочерняя клетка получает одинаковое число хромосом. При последнем делении расщепления хромосом не происходит, вследствие чего зрелое яйцо содержит лишь половинное число хромосом. Это последнее деление называют делением созревания. Оно имеет большое значение для оплодотворения и для наследования родительских качеств (рис. 8 и 9).

Вокруг яйца разрастается ряд сопутствующих клеток. Часть из них прилегает непосредственно к яйцу в виде шариков, окружая его, другая образует пузырек, который постепенно заполняется жидкостью. Этот пузырек (граафов пузырек) протискивается к поверхности яичника, причем его оболочка все более истончается, и в один прекрасный день он лопается. При этом зрелое яйцо и непосредственно окружающие его клетки исторгаются в брюшную полость. Разрыв фолликула сопровождается по-

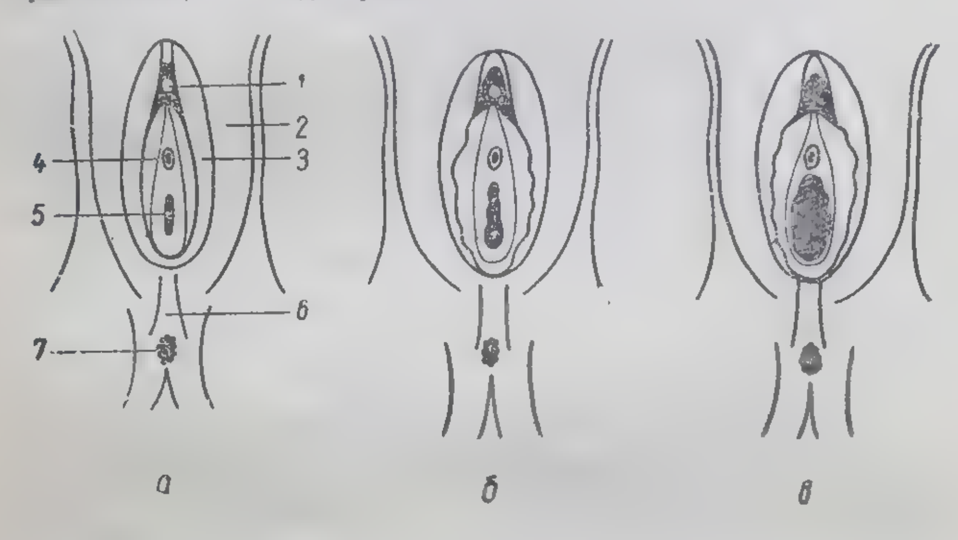
вышением температуры тела. Подъем температуры происходит непосредственно после разрыва пузырька. Основную температуру тела у женщин называют базальной температурой. С помощью медицинского термометра можно установить момент разрыва фолликула.

У здоровой женщины зрелое яйцо, выделившееся из фолликула, не может затеряться и попасть в отдаленный участок брюшной полости. Во-первых, в организме вообще нет пустых пространств, потому что все органы тесно прилегают друг к другу и целиком заполняют полости тела, в том числе и брюшную полость, преграждая путь яйцу. Но, помимо этого, имеется еще специальное приспособление для улавливания яйца и направления его по правильному пути — это так называемая воронка яйцевода (рис. 17). Эта воронка, или, вернее, щупальце с бахромчатыми лепестками, прилегает к яичнику столь близко, что в нормальных условиях улавливает каждое выделяющееся яйцо.

Внутренняя поверхность воронки яйцевода выстлана мерцательным эпителием. Подобные покровы из мерцательного эпителия имеются во многих отделах человеческого тела, например в дыхательных путях. Колебания мерцающих ворсинок постоянно направлены в одну сторону, благодаря чему осуществляется продвижение слизи в определенном направлении. Мерцающие ворсинки воронки яйцевода гонят слизь и плавающее в ней яйцо в яйцевод и затем через него в матку.

Матка представляет собой мышечный орган грушевидной формы, который у молодой женщины весит около 60 *г*; внутренняя поверхность ее выстлана слизистой оболочкой, богатой кровеносными сосудами и железами; снаружи она частично покрыта брюшиной. Так же как и яичники, матку удерживают в ее положении связки, по которым, кроме того, к матке подходят питающие ее кровеносные сосуды. Посредством яйцеводов матка соединяется с обоими яичниками; через посредство влагалища, в полость которого она выдается своим зевом, матка соединяется с внешней средой (рис. 15 и 17). Матка отделяется от влагалища двумя запирающими участками — сужениями, носящими название внутреннего и наружного зева матки; между ними проходит канал шейки матки, или шеечный канал (цервикальный канал). Внутри матки находится свободная от микроорганизмов полость, тогда как клетки слизистой оболочки влагалища, наоборот,

Рис. 16. Наружные половые органы женщины.
1 — клитор; 2 — большие срамные губы; 3 — малые срамные губы; 4 — наружное отверстие мочеиспускательного канала; 5 — вход во влагалище; 6 — промежность; 7 — заднепроходное отверстие. *а* — у девушки; *б* — у дефлорированной нерожавшей женщины; *в* — у рожавшей женщины.



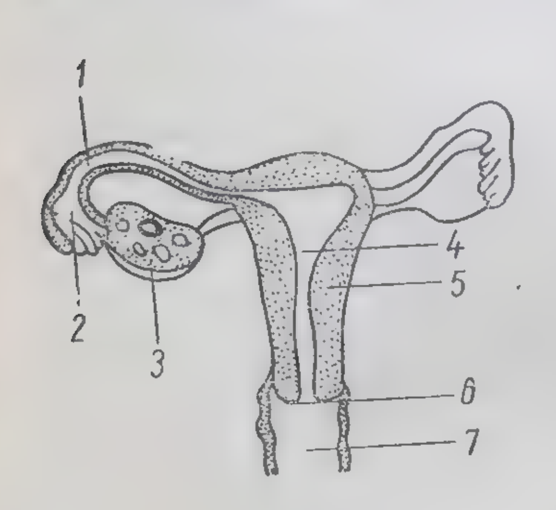


живут в симбиозе с бактериями. Слизистая пробка, или кристеллеровская пробка, предохраняет внутренность матки от любых вторжений. Доступ в нее обеспечен только для сперматозоидов (рис. 15).

Влагалище представляет собой кожистую трубку. Оно состоит главным образом из соединительной ткани и мышц. Внутренность его выстлана довольно плотной многослойной слизистой оболочкой. В состоянии покоя слизистая оболочка имеет складчатый характер, причем стенки влагалища соприкасаются между собой; поперечные складки образуют ребристую поверхность, обеспечивая трение при половом акте. Всю совокупность поперечных складок называют складчатыми колоннами (Columnae rugarum).

Влагалище спереди и сзади охватывает канал шейки матки, образуя две выемки, или углубления, называемые передним и задним влагалищными сводами. От внешней среды влагалище отделено двумя парами кожных складок: внутренняя, или малые срамные губы, и наружная, или большие срамные губы. Малые губы состоят из соединительной ткани, которая частично имеет строение кавернозных тел. Снаружи они выстланы слизистой оболочкой из многослойного неороговевающего плоского эпителия, сходного

Рис. 17. Схематическое изображение внутренних половых органов женщины. 1 — яйцевод; 2 — бахрома воронки яйцевода; 3 — яичник; 4 — полость матки; 5 — стенка матки; 6 — наружный зев матки; 7 — влагалище



со слизистой оболочкой влагалища. В самих малых губах и вблизи их открываются устья слизистых желез. Там, где малые губы сходятся в направлении лобковой кости, располагается клитор. Последний представляет собой маленькое, богатое нервными окончаниями образование, которое эмбриологически соответствует головке полового члена мужчины. Благодаря обилию нервных элементов клитор при половом акте играет роль сенсорного органа. В состоянии покоя клитор не виден, так как он скрыт кожной складкой. Только при раздражении, когда кавернозные тела клитора наполняются кровью, это маленькое образование выступает над кожной складкой.

Пространство, ограничиваемое малыми губами, называется преддверием влагалища; сюда открывается устье мочеиспускательного канала, которое располагается между входом во влагалище и клитором.

Большие губы защищают, укрывают и ограничивают общий вход во влагалище, включая преддверие влагалища и устье мочеиспускательного канала. Они состоят из соединительной и жировой ткани и снаружи покрыты многослойным ороговевающим эпителием, то есть обычной кожей, такой же, как и та, что покрывает поверхность всего тела. Вследствие этого в кожу больших губ открываются устья не слизистых, а сальных желез. Покрытая роговым слоем кожа наружной поверхности больших губ незаметно и постепенно переходит в слизистую оболочку преддверия влагалища. Поперек лобкового сочленения, места, где обе лобковые кости соединяются, образуя сустав, располагается возвышение, состоящее из жировой ткани и кожи, или лобок. Лобок и наружные части больших губ покрыты густыми

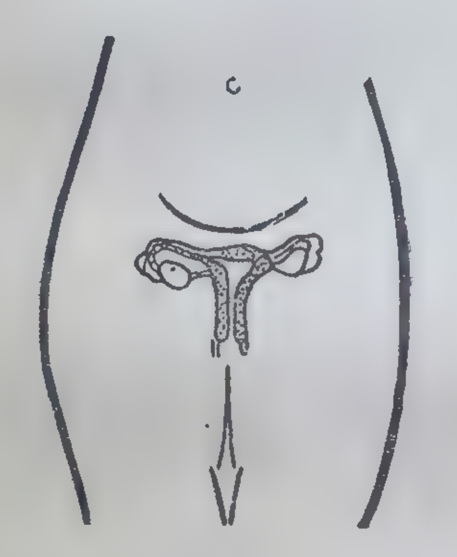


Рис. 18. Положение половых органов женщины в малом тазу (схема).

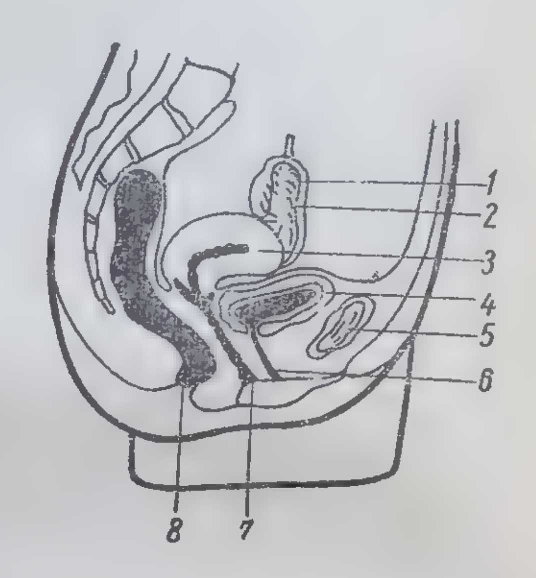


Рис. 19. Разрез через таз женщины.
1 — яйцевод; *2* — яичник; *3* — матка; *4* — мочевой пузырь; *5* — лонная кость; *6* — мочеиспускательный канал; *7* — влагалище; *8* — прямая кишка.

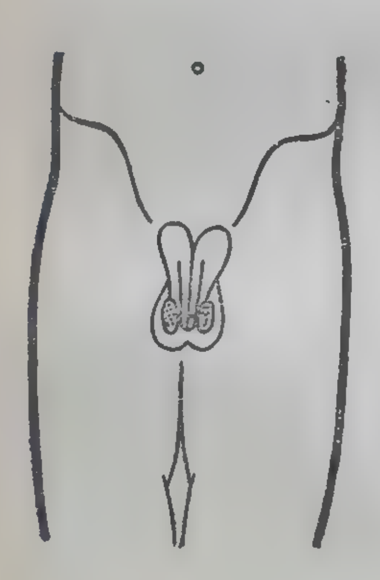


Рис. 20. Положение половых органов мужчины (схема).

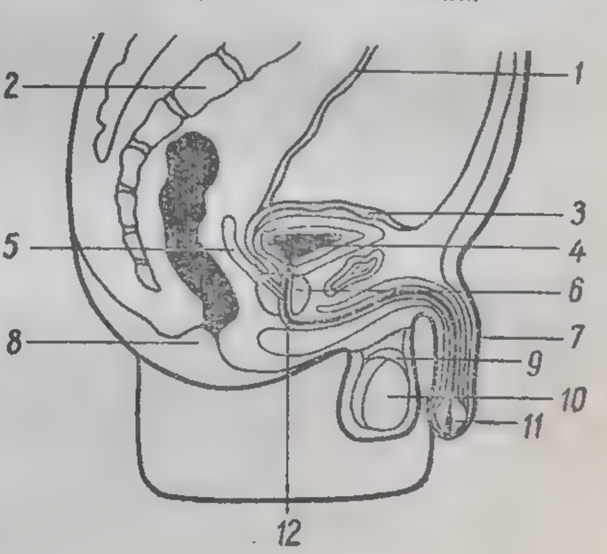


Рис. 21. Разрез через тазовые органы мужчины.
1 — мочеточник; *2* — крестец; *3* — семявыносящий проток; *4* — мочевой пузырь; *5* — семенной пузырек; *6* — предстательная железа; *7* — мужской половой член; *8* — прямая кишка; *9* — придаток яичка; *10* — яичко; *11* — головка полового члена; *12* — задний отдел мочеиспускательного канала.

вьющимися волосами. У взрослых женщин этот волосяной покров имеет горизонтальную верхнюю границу. Волосяной покров лобка у мужчин имеет верхнюю границу в виде равнобедренного треугольника с вершиной, доходящей до пупка.

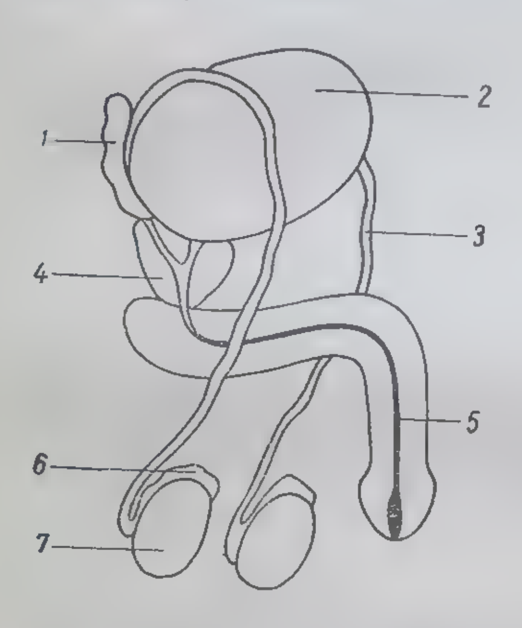
Половые органы мужчины

Половые органы мужчины имеют внеполостное расположение и лишь частично лежат в малом тазу. Половые железы мужчин, называемые яичками, незадолго до рождения или же в течение первого года жизни перемещаются из полости тела в мошонку. У мужчин яички находятся в мошонке постоянно, а не так, как у самцов большинства млекопитающих — только в период течки; яички защищены несколькими оболочками и так же, как и яичники, богато снабжены кровеносными сосудами. В яичках образуются миллионы мужских семенных клеток. Каждое из яичек состоит из длинных канальцев, образующих множество завитков. Стенки канальцев состоят из первичных семенных клеток (сперматогоний), являющихся источником образования зрелого семени. Первичные семенные клетки, составляющие стенку семенных канальцев, беспрерывно делятся и размножаются; при этом часть дочерних клеток проходит 4 стадии развития, превращаясь сначала в сперматоциты, затем в семенные клетки, семенные нити и в сперматозоиды (рис. 23). Развитие совершается таким образом, что вначале деление клеток прекращается (образуются сперматогонии), клетки растут и увеличиваются в объеме (образуются сперматоциты), после этого они претерпевают деление созревания (аналогично конечному делению яйца), причем из одного сперматоцита образуется 4 спермия; в конечном итоге спермии приобретают законченную форму, ядерное вещество скапливается в головном конце, ядрышки образуют промежуточную часть, тело клетки вытягивается и превращается в хвостовую часть.

Между завитками семенных канальцев яичка лежат промежуточные клетки, вырабатывающие мужской половой гормон.

Продолжением канальцев яичка служит извилистый проток придатка яичка. Последний является первым

Рис. 22. Схематическое изображение мужских половых органов.
1 — семенной пузырек; *2* — мочевой пузырь; *3* — семявыносящий проток; *4* — предстательная железа; *5* — мочеиспускательный канал; *6* — головка придатка яичка; *7* — яичко.



пунктом, где собираются сперматозоиды. Стенки протока придатка яичка выделяют жидкость, под влиянием которой сперматозоиды приходят в движение. По длинному каналу — семявыносящему протоку — сперматозоиды покидают придаток яичка и поступают в полость таза. Они совершают сложный путь, направляясь через паховый канал к семенным пузырькам и далее через предстательную железу. Паховый канал проходит сквозь брюшную стенку. При недостаточно развитой брюшной мускулатуре содержимое брюшной полости нередко проникает в паховый канал в виде так называемой паховой грыжи, которая располагается при этом рядом с семенным канатиком. Семенные пузырьки не только накапливают семенную жидкость, но к последней здесь добавляется слизь, так как стенки пузырьков состоят из желез.

Крупной железой является предстательная железа (простата). Ее сок также пополняет состав семенной жидкости. Только после добавления этого сока образуется та желтовато-белая, богатая белком вязкая масса, которую называют спермой (семенная жидкость). Выделения предстательной железы способствуют оживленной деятельности сперматозоидов, их наиболее сильному движению. В обоих семенных пузырьках и в семенных путях содержится 2—6 *мл* семенной жидкости. Это количество семенной жидкости извергается при одном совокуплении. В нем содержится около 200 миллионов сперматозоидов. Оба семенных протока проходят внутрь вещества предстательной железы и внутри нее сливаются в один канал. С этого пункта семенная жидкость и моча проходят по одному и тому же пути. Однако это никогда

не происходит одновременно. Передний отдел мочеиспускательного канала или служит для мочеиспускания, или же дает выход семени (о механизме переключения мочеиспускательного канала с функции мочевыведения на функцию семяизвержения см. стр. 87).

Оплодотворение

Обычно соединение яйца со сперматозоидом происходит в воронкообразно расширенной части яйцевода (рис. 29). При этом головка и промежуточная часть сперматозоида внедряются в яйцо, а хвост отпадает. Головка проникает сквозь протоплазму яйца и становится половиной ядра. Промежуточная часть становится вторым направляющим тельцем. Обе половинки ядра соединяются, образуя цельное ядро. Это соединение регулируется направляющими тельцами. Новое ядро состоит наполовину из материнского, наполовину из отцовского ядерного материала.

Особенности ребенка обусловливаются и матерью и отцом. При оплодотворении разрешается вопрос о том, мальчиком или девочкой будет будущий ребенок. Яйца, образующиеся при делении созревания, все одинаковы; в то же время при этом процессе образуется два вида сперматозоидов. Все яйца содержат половую хромосому (хромосому, определяющую развитие половых признаков) типа X, тогда как из образовавшихся сперматозоидов половина содержит половую хромосому типа X, а другая половина — половую хромосому типа Y. Если яйцо, имеющее всегда половую хромосому X, будет оплодотворено сперматозоидом, содержащим также половую хромосому типа X, в оплодотворенной клетке образуется пара половых хромосом типа XX, характерная для женского пола, и развивающийся плод будет женского пола; если же оплодотворение будет осуществлено сперматозоидом, содержащим половую хромосому типа Y, и в оплодотворенном яйце образуется пара половых хромосом типа XY, характерная для мужского пола, развивающийся плод будет мужского пола.

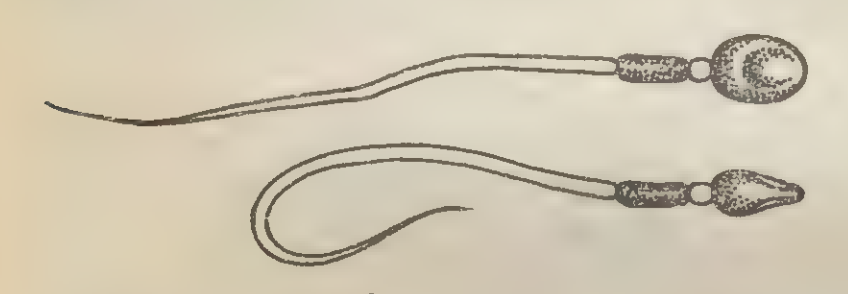
Вероятность возникновения того и другого сочетания математически составляет 50 : 50. В действительности же вначале мальчиков формируется больше, чем девочек. Однако плод мужского пола чувствительнее к различным вредным влияниям, чем плод женского пола. Он чаще гибнет с раз-

Рис. 23. Поперечный разрез через семенной каналец (схематическое изображение). Стенка канальца изобилует первичными семенными клетками (сперматогониями); из них образуются сперматоциты, которые затем превращаются в зрелые семенные клетки (сперматозоиды). В схематическом изображении различные стадии развития семенных клеток поставлены в ряд одна за другой. В действительности они рассеяны по всему пространству семенного канальца.



витием самопроизвольного выкидыша. Даже при рождении нормально развитых детей на каждую сотню девочек рождается 106 мальчиков. В течение первого года жизни число мальчиков и девочек выравнивается, так как мальчики обладают более низкой сопротивляемостью заболеваниям и другим вредным влияниям сравнительно с девочками. В половозрелом возрасте в нормальных условиях число мужчин и женщин одинаково.

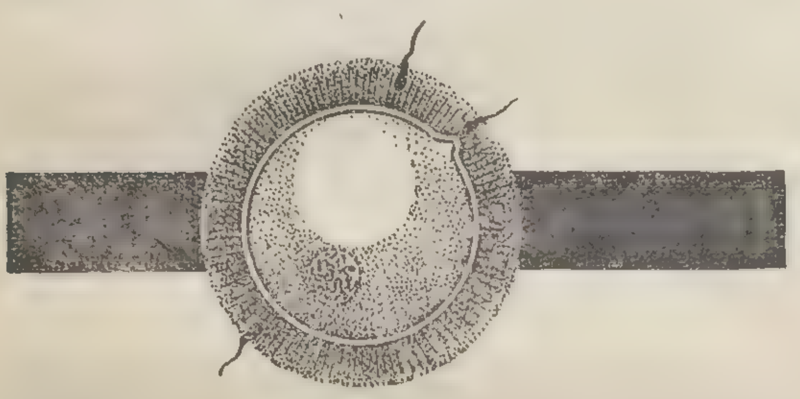
Рис. 24. Человеческие сперматозоиды. Семенные клетки (спермии) из-за их формы и подвижности называли также семенными живчиками (сперматозоидами). Они состоят из головки, промежуточной части и хвоста, с помощью которого осуществляется поступательное движение «живчика». Последнее выражение более не употребляется.



Производились попытки оказать влияние на формирование пола зародыша с помощью химических веществ (кислот, щелочей). Однако действие этих препаратов еще не настолько хорошо изучено, чтобы их можно было выпустить для использования во врачебной практике.

Каким же образом сперматозоиды достигают воронки яйцевода? Образовавшаяся семенная жидкость заполняет полость семенных пузырьков. Далее начинают функционировать органы, участвующие в половом акте. Рассмотрим вначале половой член мужчины. С древних времен, когда высшими животными на нашей планете были рыбы, человек унаследовал такое строение тела, при котором почки и половые железы используют один и тот же выводящий путь. Передний отдел мочеиспускательного канала служит в зависимости от надобности для опорожнения мочевого пузыря или для извержения семенной жидкости. Для выполнения этих обеих функций имеется любопытное приспособление. Мочеиспускательный канал проходит в трубке, состоящей преимущественно из соединительной ткани; снаружи она покрыта подвижной и очень легко растяжимой кожей. Соединительная ткань, из которой состоит эта трубка, при ближайшем рассмотрении имеет вид губки. В эту губку впадают артерии, а из нее берут начало вены. При нервном раздражении отток крови по венам может прекращаться. В этом случае кровь по артериям нагнетается в губку, а оттекать из нее не может. Губка растягивается, увеличивается в объеме, кровь поступает под давлением, губка становится все плотнее и плотнее. Описанное подобное губке образование называется пещеристым телом. Мочеиспуска-

Рис. 25. Оплодотворение яйцеклетки. Навстречу внедряющемуся сперматозоиду возникает выступ протоплазмы яйцеклетки — холмик зачатия. Жирная черная полоса позади яйца соответствует толщине волоса.

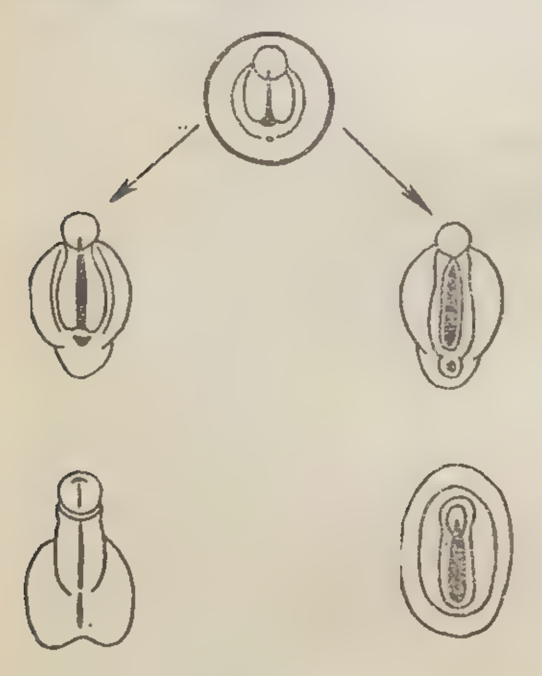


тельный канал проходит в бороздке одного пещеристого тела, два других пещеристых тела располагаются поверх него. Эти три пещеристых тела превращают вялую кожную трубку, обычно служащую для мочеиспускания, в детородный орган мужчины, или мужской половой член.

При этом превращении, которое, как указано выше, сопровождается увеличением и уплотнением полового члена, последний изменяет угол наклона по отношению к туловищу, благодаря чему просвет мочеиспускательного канала сдавливается и поступление в него мочи прекращается. Одновременно в мочеиспускательный канал открывается доступ обоим семявыводящим каналам. При таком положении происходит переключение органа с функции мочеиспускания на функцию семяизвержения.

При этом наблюдается еще одно превращение: передняя часть полового члена, его головка, обнажается из-под ранее покрывавшей ее складки кожи, или крайней плоти, так как эта складка кожи становится слишком короткой, чтобы покрыть увеличившийся орган. Слизистые железы, устья которых открываются в переднем отделе мочеиспускательного канала, отделяют очень вязкую слизь, которая, покрывая головку полового члена, делает ее скользкой. Таким образом, половой член приходит в состояние готовности

Рис. 26. Схема развития наружных половых органов. Из одинакового для обоих полов зачатка, состоящего из первичного полового бугорка и двух первичных половых складок, у мужчины развивается половой член, мочеиспускательный канал и мошонка, а у женщины — клитор и внутренние и наружные срамные губы.



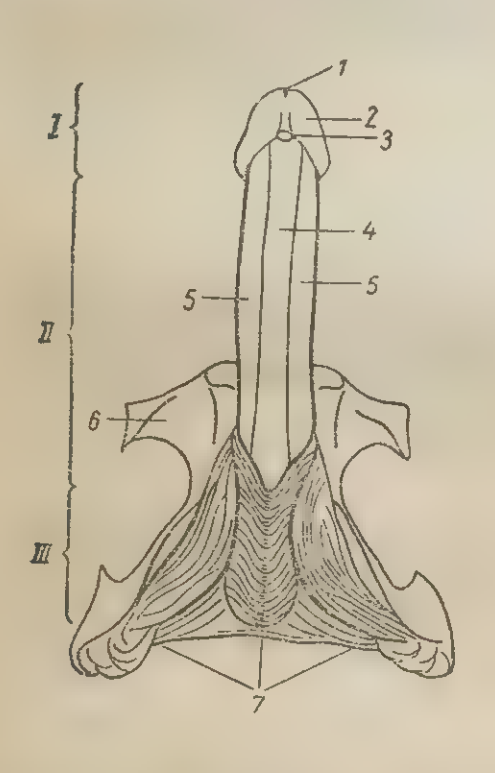
для введения во влагалище женщины. Повинуясь древнему рефлексу, которому нет нужды учиться, половой член мужчины движется во влагалище взад и вперед. При этом кожа и слизистая оболочка полового члена трется о поперечные складки влагалища. На головке полового члена и особенно на его уздечке имеется большое количество близко расположенных нервных окончаний. Раздражение, которое воспринимается этими нервными окончаниями и передается в спинной и далее в головной мозг, накапливается и усиливается до тех пор, пока не достигнет такого уровня возбуждения, при котором возникает новый рефлекс. При этом независимо от воли мужчины происходит ритмическое извержение семенной жидкости. Семявыводящие протоки и мочеиспускательный канал перистальтически сокращаются и выбрасывают струю семени как раз туда, куда она должна попасть — к зеву матки, иногда даже внутрь канала шейки матки.

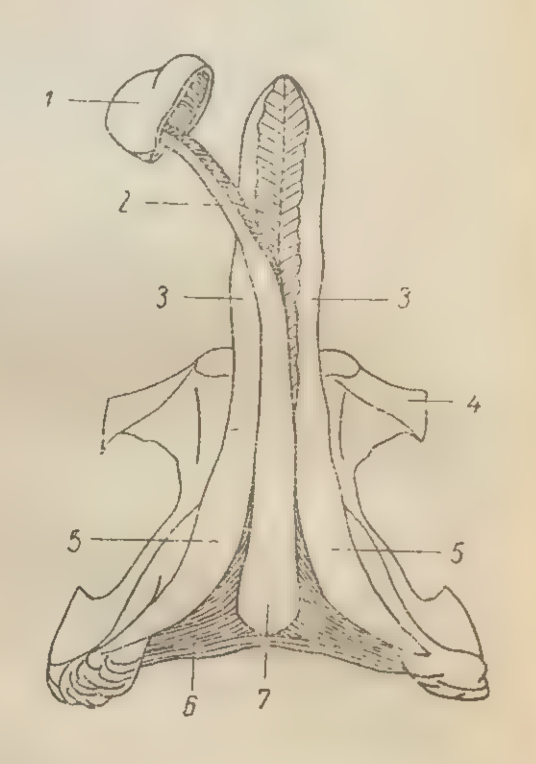
Живые, подвижные сперматозоиды плывут теперь собственными силами против течения слизи, которая под влиянием ресничек мерцательного эпителия медленно уносится наружу; примерно через 36 часов сперматозоиды достигают воронкообразного расширения яйцевода. Там они ожидают зрелое яйцо.

Зрелая женщина также принимает участие в том, чтобы обеспечить семени достижение его цели. Из индифферентной вначале закладки развились большие и малые срамные губы и клитор, причем большие губы соответствуют мошонке, малые — мочеиспускательному каналу, а клитор — головке

Рис. 27. Мужской половой член.
I — головка; II — ствол; III — мышцы промежности. 1 — наружное отверстие мочеиспускательного канала; 2 — головка полового члена; 3 — уздечка крайней плоти; 4 — пещеристое тело мочеиспускательного канала; 5 — два пещеристых тела полового члена; 6 — ветвь лонной кости; 7 — мышца промежности.

Рис. 28. Пещеристые тела мужского полового члена.
1 — головка полового члена; 2 — отпрепарированное пещеристое тело мочеиспускательного канала; 3 — пещеристые тела полового члена; 4 — ветвь лонной кости; 5 — правое и левое колено пещеристых тел; 6 — глубокая мышца промежности; 7 — луковица пещеристого тела мочеиспускательного канала





полового члена мужчины. В больших и малых срамных губах заложена пещеристая ткань, окруженная соединительной тканью; эта ткань при определенных условиях — половом возбуждении — наливается кровью, отток которой прерывается при продолжении притока. В результате происходит набухание клитора, больших и малых срамных губ с образованием эластических валиков. Благодаря этим превращениям становится свободным доступ во влагалище. Одновременно железы у входа во влагалище отделяют светлую прозрачную слизь. Половой акт не только не встречает при этом никакого сопротивления, но, наоборот, облегчается. Описанный процесс приводится в действие частично под влиянием половых гормонов и отделяемого придатка мозга, однако в большей мере он регулируется нервной системой.

4 ПОЛОВЫЕ ГОРМОНЫ

В организме женщины ведущая роль принадлежит трем половым гормонам: а) фолликулярный гормон; б) гормон желтого тела; в) тестостерон. Три фолликулярные гормоны называются эстрогенами (эструс — значит течка, эстрогенный — вызывающий течку). Они образуются главным образом в промежуточных клетках яичников; во время беременности большие количества его вырабатываются также в плаценте. Эти гормоны регулируют течение специфических женских проявлений и процессов, в частности течение менструального цикла. Кроме того, они оказывают регулирующее действие на общий обмен веществ, повышают эластичность тканей. Эстрогены не могут оказывать своего действия без прогестерона, гормона желтого тела. Этот гормон образуется преимущественно клетками желтого тела (отсюда и его название), которое развивается на месте лопнувшего граафова пузырька, фолликула. В небольших количествах гормон желтого тела вырабатывается также корой надпочечников, а после третьего месяца беременности он в больших количествах образуется в плаценте.

Гормон желтого тела стимулирует подготовку слизистой оболочки матки для оплодотворенного яйца, способствует сохранению беременности. Недостаток гормона желтого тела ведет к преждевременной смерти плода. После рождения ребенка этот гормон стимулирует отделение молока; во время беременности отделение молока подавляется образующимся в плаценте фолликулярным гормоном.

В крови женщин циркулирует также небольшое количество мужского полового гормона — тестостерона. Он вырабатывается в коре надпочечников. Этот гормон оказывает общее стимулирующее действие на половую функцию.

Не следует думать, что половые гормоны функционируют в организме изолированно и самостоятельно. Их деятельностью управляют шесть гормонов мозгового придатка. Эти гормоны у мужчин и женщин одинаковы. Только при воздействии их непосредственно на яичник и плаценту или же на яички определяется та функция, которая под их влиянием должна быть пущена в ход.

Мозговой придаток находится под постоянным контролем промежуточного мозга, а последний в свою очередь находится под влиянием коры больших полушарий головного

мозга, то есть органа сознания. Таким образом, все процессы обмена гормонов находятся в конечном счете под контролем сознания; с другой стороны, все нарушения процессов внутренней секреции проявляются в виде неустойчивости настроения, раздражительности и т. д., то есть оказывают действие на психические процессы, в том числе на сознание.

Гармония в области внутренней секреции означает также гармонию в восприятии жизненных явлений, в нашей созидательной силе.

В частности, все процессы в половой сфере находятся под постоянным контролем, побуждающим и подавляющим влиянием коры больших полушарий головного мозга. Все события в половой сфере оставляют свой след в сознании.

Ранее гормональная регуляция половых функций у мужчины казалась значительно проще, чем у женщины. Однако это далеко не так. Правда, характерные мужские черты обусловливаются влиянием тестостерона, который отделяют преимущественно промежуточные клетки яичек; но образование семени и секреторную функцию придатка яичка стимулирует предстательная железа.

В крови мужчин циркулирует также небольшое количество фолликулярного гормона, образующегося в коре надпочечников. Половая функция мужчины, так же как и женщины, находится под влиянием шести гормонов придатка мозга, под влиянием промежуточного мозга и коры больших полушарий головного мозга. Создается впечатление, что внешние раздражители и представления фантазии оказывают непосредственное влияние на половые процессы у мужчин. Однако состояние здоровья, удовлетворенность работой и жизнью возникают из гармонии всех привходящих нервных и гормональных факторов.

Восстановление нарушенной гармонии является тяжелой задачей врачебного искусства. В этом случае нельзя рекомендовать для всех больных одно и то же лечение, мало прописать впрыскивать или втирать гормон, недостаточность которого предполагается в качестве причины развившихся нарушений. И врач, и больной должны запастись терпением. Они должны добиться того, чтобы оркестр внутрисекреторных желез с их дирижером, центральной нервной системой, вновь сыгрался и согласно зазвучал. И успех будет тем желаннее, чем более полным будет восстановление.

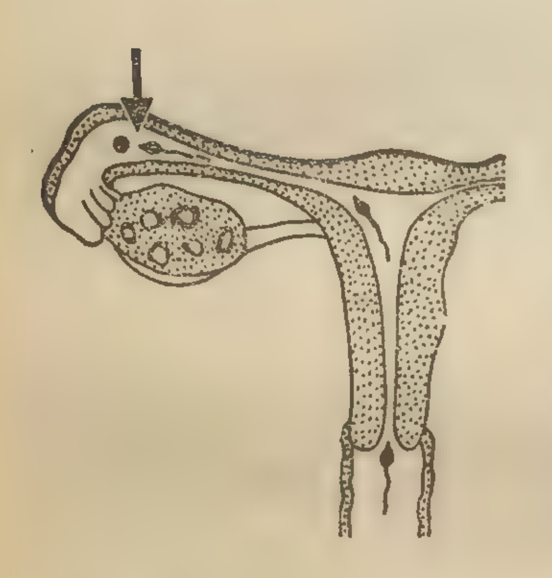
5 МЕНСТРУАЦИЯ

Тот факт, что у женщины через каждые 4 недели наступает кровотечение из влагалища, служил предметом различных догадок и давал пищу фантазии народов еще с древних времен.

У охотников и скотоводов была хорошо развита наблюдательность. Они обратили внимание, что эта особенность имеет место только у человека. Это послужило причиной того, что в связи с месячными кровотечениями у девушек и женщин возникло много суеверий. Что же в действительности означает месячное кровотечение? Является ли оно очищением, как считают одни, или же это болезнь, как думают другие? Ничего подобного. Мы помним, что слизистая оболочка матки подготавливается для того, чтобы принять оплодотворенное яйцо, она набухает, ее железы удлиняются, в ней происходит скопление крови. Эти подготовления под регулирующим влиянием гормонов яичника протекают в строгой согласованности с развитием граафова пузырька, причем максимальное развитие изменений в слизистой оболочке матки соответствует моменту разрыва граафова пузырька. Если оплодотворения яйца не произошло, оно не в состоянии внедриться в подготовленную слизистую оболочку матки. Через несколько дней после разрыва граафова пузырька маленькое неоплодотворенное яйцо погибает. И тут происходит то, что часто имеет место в природе: что не использовано — выбрасывается. Слизистая оболочка клочьями отрывается от подлежащей ткани. При этом разрываются и зияют многочисленные кровеносные сосуды, мышцы матки слегка сокращаются, зев раскрывается и куски слизистой оболочки вместе с кровью выбрасываются во влагалище. Капельное кровотечение продолжается 1—3 дня, за этот срок вся излишняя слизистая оболочка удаляется, зев матки вновь закрывается. Через короткий промежуток времени из оставшихся клеточных островков разрастается новая тонкая слизистая оболочка, выстилающая внутреннюю поверхность матки. Затем весь процесс начинается сначала: под влиянием стимулирующего действия гормонов яичника слизистая оболочка разрастается, подготавливаясь к принятию нового, оплодотворенного яйца.

Этот ритм подготовки и отпадения слизистой оболочки матки продолжается до тех пор, пока в матку не поступит

Рис. 29. Где происходит оплодотворение яйца? — В воронкообразном расширении яйцевода.



оплодотворенное яйцо. Таким образом, ежемесячное кровотечение у женщин не означает ничего иного, как то, что в яичнике произошло созревание и выделение яйца, которое осталось неоплодотворенным. Поэтому задержка месячного кровотечения хотя и не является достоверным признаком беременности, все же указывает на ее возможность.

Ввиду того что у здоровой женщины формирование и выделение яйца из яичников происходит через регулярные промежутки времени, кровотечения наступают также через правильные интервалы времени, составляющие 25, 26, 28 или 30 дней. Наибольший интервал, по имеющимся данным, составляет 37 дней. Из-за регулярности повторения месячные кровотечения называют также «регулы». Ввиду того что 28 дней составляет почти месяц, говорят о месячных кровотечениях [от латинского слова *mens* (месяц) — менструация]. С луной это явление не имеет ничего общего, иначе женщины всего мира должны были бы менструировать в одни и те же часы, так как фазы луны одинаковы для всей земной планеты. Кроме того, фаза луны длится 29,5 дней.

Некоторые женщины и девушки чувствуют во время месячных кровотечений недомогание. Почему это происходит? Внезапная перестройка женского организма, который подготовился принять оплодотворенное яйцо, и отторжение старой слизистой оболочки матки оказывают влияние не только на яичники и матку, но отражаются и на состоянии всего организма. Вегетативная нервная система в эти дни легче подвержена колебаниям и более медленно успокаивается, чем в другое время. Происходят изменения со стороны

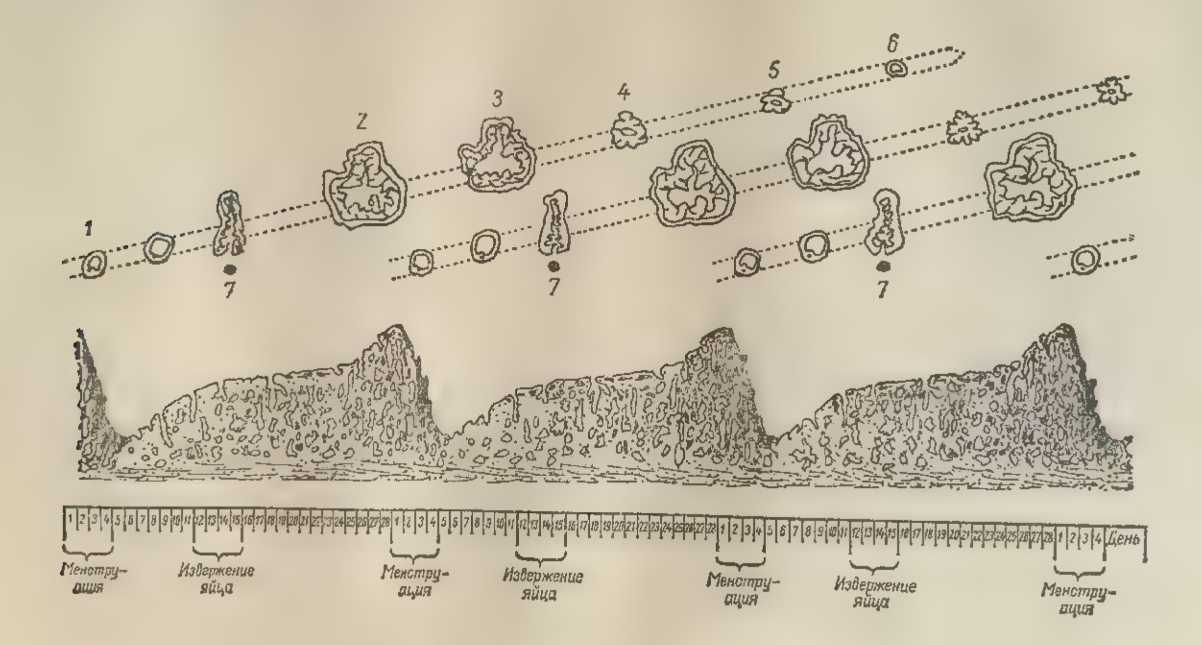
кровяного давления, кровообращения, перистальтики кишечника, деятельности пищеварительных желез и потоотделения; по большей части наблюдается усиление этих функций, однако возможно и их снижение. Во всяком случае, регуляция внутренних процессов в организме становится лабильной, отчетливо выявляется ее склонность к непостоянству и колебаниям. В дни менструального кровотечения происходит раскрытие зева матки. Слизистая пробка, которая обычно закупоривает вход в матку, на непродолжительное время частично или полностью выталкивается. Следует указать, что полость матки является стерильной. Слизистая оболочка матки не приспособлена к борьбе с микроорганизмами, как, например, слизистая оболочка влагалища или ротовой полости. Если в матку проникают микроорганизмы, в большинстве случаев быстро развивается воспаление слизистой оболочки, возникает катар с гнойными выделениями. Для защиты полости матки от подобных вредных влияний и служит слизистая пробка, которая в то же время отнюдь не является препятствием для сперматозоидов; они без труда проходят сквозь слизь, имеющую щелочную реакцию.

Необходимо подчеркнуть, что в те дни, когда полость матки не защищена слизистой пробкой Кристеллера, половые сношения категорически недопустимы. Если супружеская пара выполняет это предписание, болезнетворные зародыши не в состоянии проникнуть в полость матки, увлекаемые наружу потоком слизи, крови и обрывков слизистой оболочки, изгоняемым под влиянием движения ресничек мерцательного эпителия. Если же половой акт будет совершен до того, как в шейке матки вновь образуется слизистая пробка, бактерии, которые обычно имеются во влагалище или на половом члене мужчины, переносятся вверх и попадают в полость матки. Известны многочисленные случаи, когда в результате этого развивался тяжелый воспалительный процесс с нагноением яйцеводов и яичников и даже воспалением брюшины и заражением крови. В гинекологических клиниках, к сожалению, и сейчас регистрируют смертельные случаи, которые нельзя объяснить ничем иным, как беззаботностью мужчин и уступчивостью и слабостью их жен, которые часто удовлетворяют желание мужа из боязни, что в противном случае он не сохранит им верности.

Рис. 30. Схема менструального цикла.

Показано постепенное утолщение слизистой оболочки матки. Через каждые 28 дней она отпадает, после чего разрастается вновь. Над изображением слизистой оболочки показаны процессы, происходящие одновременно в яичнике.

1 — граафов пузырек; *2* — вновь образованное желтое тело; *3 — 6* — постепенное сморщивание желтого тела; *7* — извержение яйца из граафова пузырька.



У евреев женщины во время менструации считаются нечистыми. Это служит им хорошей защитой. Женщины многих так называемых первобытных народов удаляются на время менструации в особые хижины. Если мы из хозяйственных и социальных соображений не можем следовать этому примеру, то должны хотя бы подумать о том, чтобы использовать автоматизацию и механизацию на наших производствах для обеспечения покоя нашим женщинам в период менструации. Очень поучителен следующий отрывок из беседы между госпожой Лоример и старой женщиной племени Хунза [1]:

«...Этому также должно быть уделено большое внимание. Ибо чем теснее люди живут друг с другом, тем в большей мере недостаток культуры превращает их совместную жизнь в ад, тогда как порядок, доброжелательная и любезная тактичность делают ее земным раем. Хотя будущая мать работает дома и в поле почти до самых родов, однако до и после них другие молча берут на себя тяжелые работы. Такой же заботой является внимание к женщине во время месячных кровотечений. Если какая-либо из женщин чувствует себя нездоровой, она с общего одобрения ложится в постель для полного отдыха. В таких условиях недомогание обычно полностью проходит в течение нескольких дней. Недомогающей женщине приносят для подкрепления особое кушанье «даудо», состоящее из пшеничной каши с маслом.— «Сестра, поешь!» — звучит дружеское пожелание. Как только женщина вновь почувствует себя хорошо и соберется с силами, она купается, стирает одежду, прибирает в доме. Однако никто не считает ее «нечистой» из-за ее недомогания, никто не связывает с этим состоянием никаких суеверий, не накладывает на женщину никаких табу. Однажды Зенаба застенчиво спросила иностранную исследовательницу, правда ли, что белые женщины не страдают этим недомоганием. «Наш народ замечает, что они обычно постоянно ездят верхом и живут в палатках; никто никогда не слышал ни от одной из них, что ей необходимо прилечь». Когда ей объяснили, что наши женщины считают делом чести скрывать свое недомогание и вести себя как ни в чем не бывало, она сказала: «Однако это же приносит им вред?» Иностранка подтвердила это. Уже вошло в обычай почитать за стыд, если окружающие заметят в поведении женщины какую-либо перемену, связанную с менструацией. В этот период наши женщины становятся раздражительными, у них портится настроение, и тогда мужчины думают: «Как же, одна-

---

[1] Хунза — территория северного Кашмира, населенная племенем хунза, которые были носильщиками экспедиции Нанга-Парбат.

ко, безрассудны эти женщины!» Матушка Зенаба сердечно рассмеялась: «Так у вас и происходит, но я думаю, что наш обычай лучше» [1].

Здоровая женщина чувствует себя во время менструации несколько утомленной и неспокойной. Она легче раздражается, чем в обычное время. Работы, которые она в другое время выполняет вполне уверенно, даются ей в эти дни хуже. На некоторых женщин менструация оказывает более сильное воздействие. У них возникает головная боль или чувство тяжести внизу живота. Слабые сокращения мускулатуры матки, направленные на изгнание из ее полости отторгающейся слизистой оболочки, усиливаются в подобных случаях до болезненных схваток. Опыт показывает, что сидячий образ жизни, напряженная умственная работа, волнения усиливают болезненные явления, связанные с менструацией; напротив, регулярная легкая физическая работа оказывает благоприятное действие.

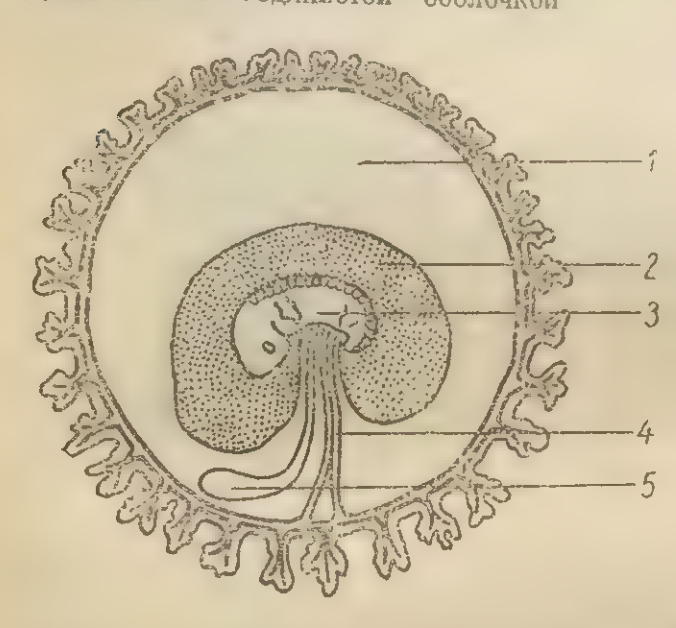
Как должна вести себя женщина в период менструации? Она должна продолжать обычный образ жизни (но, как уже было указано, без половых сношений), однако необходимо остерегаться резкого напряжения, возбуждения, раздражения, поездок на автомобиле и мотоцикле. Мужья хорошо сделают, если будут вести календарь менструаций, чтобы знать, в какие дни они должны проявлять особую заботливость в отношении своих жен.

6 БЕРЕМЕННОСТЬ, РОДЫ, ПОСЛЕРОДОВОЙ ПЕРИОД

На стр. 90 мы остановились на описании оплодотворенного яйца до его внедрения в слизистую оболочку матки. В этот момент матка была уже подготовлена к приему яйца. Протоки желез удлиняются, яйцо со своей клеточной оболочкой, своими корешками падает на утолщенную подготовленную слизистую оболочку, оно словно бы погружается в это ложе. После этого слизистая оболочка сейчас же начинает разрастаться еще сильнее, из слизистой оболочки матки и клеточной оболочки яйца возникает толстый сосудистый орган, детское место, или плацента. В первые недели пла-

[1] R. Birchner, Хунза. Народ, который не знает болезней, изд. 5-е, Берн, 1955.

Рис. 31. Плод человека в первые дни существования. Плод питается еще за счет желточного мешка. Ворсины, которые врастут в стенку матки, находятся еще в процессе образования.
1 — пространство между ворсинчатой оболочкой и водянистой оболочкой (амнион); 2 — плодные воды; 3 — эмбрион; 4 — образующийся пупочный канатик; 5 — желточный мешок.



цента разрастается над плодом и полностью заключает его в себе.

Человеческий зародыш продолжает быстро развиваться. В начале он получает питание из желточного мешка. В быстрой последовательности он сменяет стадии кучки клеток, клеточного пузырька и бокаловидную стадию. Из клеток оболочки образуются внутренняя и внешняя оболочки (рис. 31). После того как истощатся последние остатки желточного мешка, растущее яйцо начинает получать питание через ворсинки наружной оболочки. Они плавают в материнской крови и выбирают из нее питательные вещества и кислород. Все продукты распада, в том числе и углекислоту, они отдают в кровь матери. Возникают плодные оболочки: внутренняя (амнион) и наружная (хорион). Внутренняя оболочка образует жидкость — плодные воды, в которой плод свободно развивается во всех направлениях, не испытывая давления или толчков. Плод получает питание из плаценты, в которой кровь матери и ребенка соприкасается, будучи разделена лишь тонкой мембраной. Растущее дитя соединяется с плацентой через посредство трех сосудов (двух артерий и одной вены), объединяющихся в пуповине. На границе между 3-м и 4-м месяцами беременности плацента

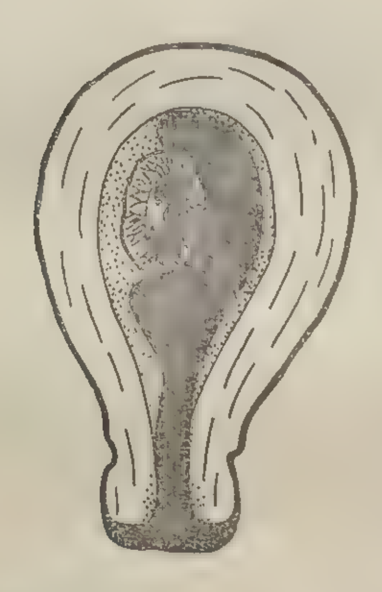


Рис. 32. Матка с яйцом на очень ранней стадии развития. Начало формирования плаценты. Возраст яйца примерно 4 недели.

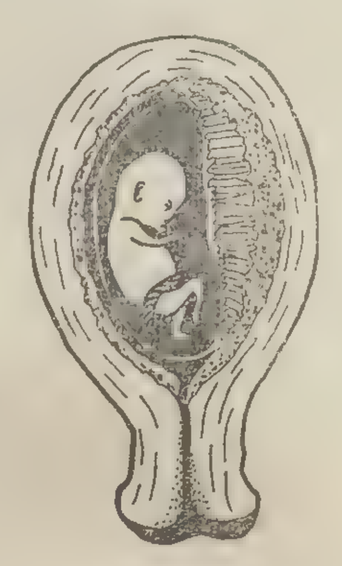


Рис. 33. Матка с плодом в возрасте около 3 месяцев. Отчетливо видна плацента, именно ее материнская и детская части. Дитя связано с плацентой с помощью пуповины. Оно плавает в выделившихся за это время плодных водах.

принимает на себя новую функцию — в ней начинает вырабатываться гормон желтого тела, выполняющий весьма многообразные функции в регуляции обмена веществ беременной и кормящей женщины. Этот гормон участвует также в процессе созревания яйца и семени. Предшественником его является витамин Е (токоферол), которым особенно богаты зародыши всевозможных злаков. Правильное питание является необходимой предпосылкой для нормального функционирования всех органов размножения и всех видов их последовательной деятельности. Витамин Е необходим роженице для переключения гормональной функции после родов. Без витамина Е не может беспрепятственно и регулярно протекать процесс грудного кормления ребенка.

Вначале в глубине граафова пузырька, из которого исходит яйцо, образуется желтое тело. В первые 12 недель беременности оно выделяет необходимое количество гормона желтого тела. В дальнейшем потребность в этом гормоне настолько увеличивается, что его выработка из яичников переходит в плаценту. Иногда это переключение выработки гормона желтого тела из яичников в плаценту происходит не совсем гладко. Следствием этого являются выкидыши. Следует иметь в виду, что у многих женщин на границе между 3-м

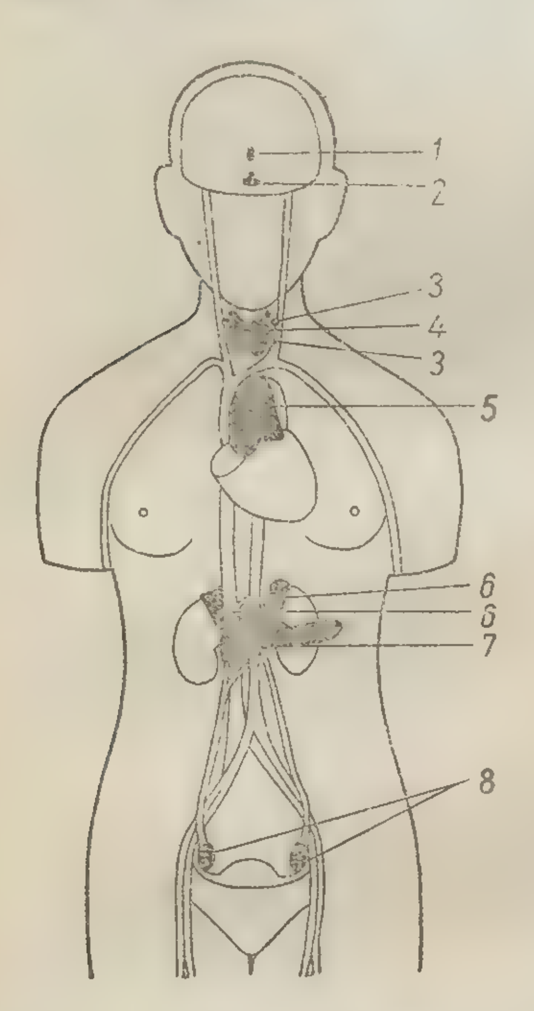


Рис. 34. Железы внутренней секреции у женщин.
1 — шишковидная железа; 2 — мозговой придаток; 3 — паращитовидные железы; 4 — щитовидные железы; 5 — зобная железа; 6 — надпочечники; 7 — островки поджелудочной железы; 8 — половые железы.

и 4-м месяцами беременности создается угроза выкидыша. В простейших случаях для предупреждения выкидыша бывает достаточно соблюдения покоя и назначения витамина Е в виде проросших зерен пшеницы или масла этих ростков. В тяжелых случаях, при так называемых привычных выкидышах, помочь может только врач. В большинстве таких случаев бывает необходимо производить регулярные впрыскивания недостающего гормона желтого тела.

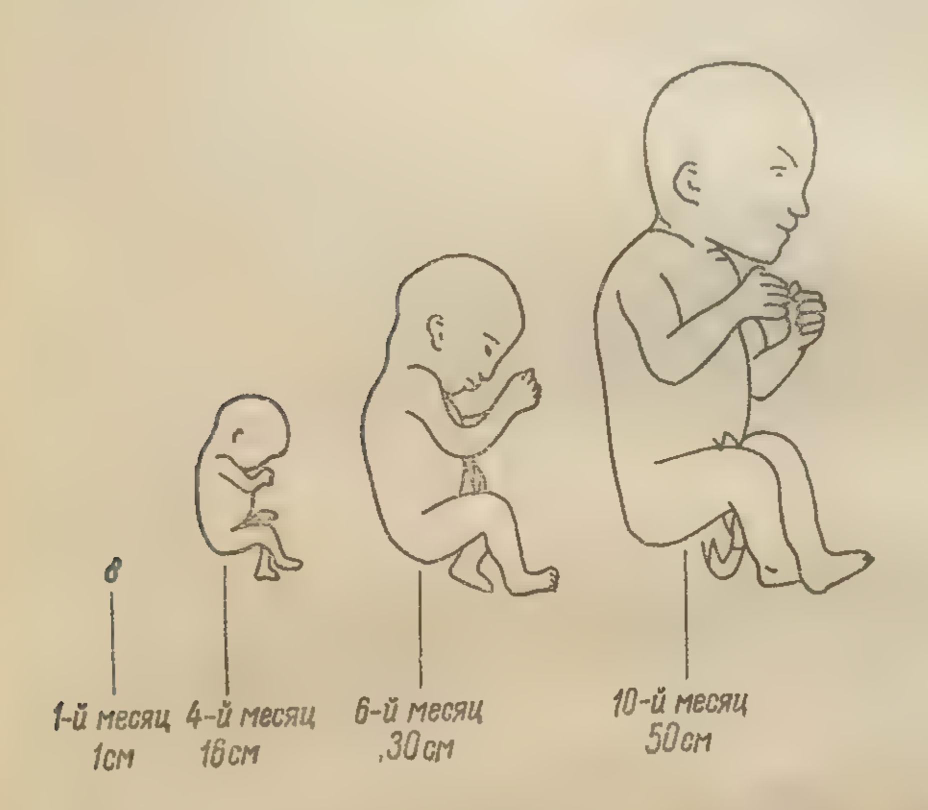
Беременность находится под влиянием сложной регулирующей системы придатка мозга, нервной системы и гормона плаценты на всем своем протяжении в течение 280 дней, которые протекают с момента внедрения яйца в стенку матки до рождения ребенка. За это время плод вырастает от величины булавочной головки до длины 50 *см* и веса 3400 *г*. Одновременно увеличиваются и органы, обеспечивающие растущий плод. Матка к концу беременности весит 1000 *г*, плацента столько же. Количество плодных вод достигает одного литра (еще 1000 *г*); в общем в последние недели беременная носит добавочный вес в 6,5 — 7 *кг*. Питающие кровеносные сосуды утолщаются в 3—4 раза. Скоро объем малого таза становится недостаточным для увеличивающейся матки, она оттесняет кишечные петли и занимает всю нижнюю и переднюю части брюшной полости. Хорошо развитые,

Рис. 35. *Образование плаценты (динамика в процессе беременности).*



1 — последняя менструация; 2 — подготовленная слизистая оболочка матки; 3 — внедрение яйца; 4 — разрастание слизистой оболочки матки; 5 — полости, наполненные кровью; 6 — материнская часть плаценты; 7 — детская часть плаценты

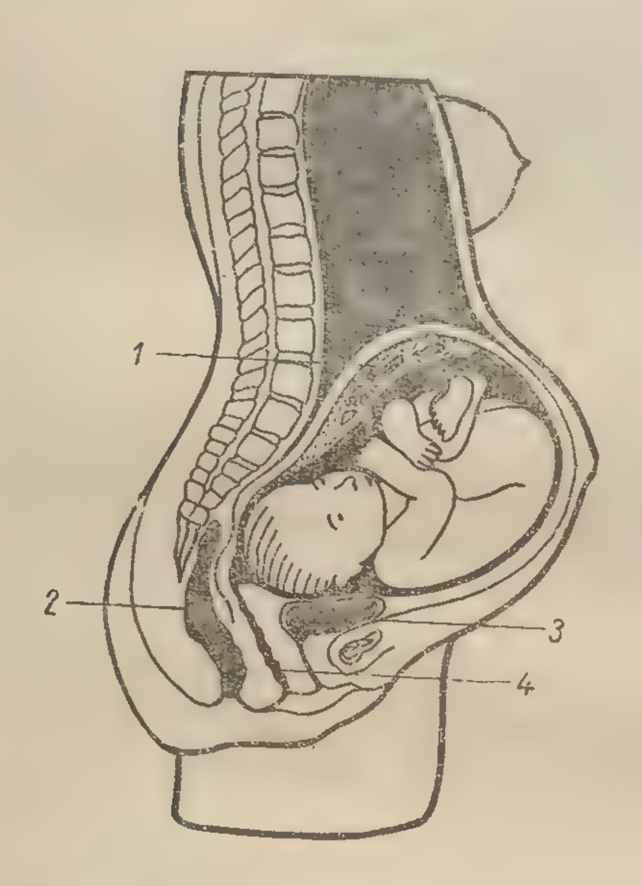
Рис. 86. Развитие человеческого зародыша в течение беременности.



тренированные брюшные покровы эластично поддаются под напором растущей матки. Гормоны, играющие такую важную роль, регулируют во время беременности рост молочных желез и подготовку их к выработке молока. Из маленьких зачатков образуются обширные железистые протоки, которые в последние дни перед родами начинают отделять молозиво. Через 12—24 час. после родов начинается отделение молока. Этот питательный сок, раствор, содержащий белки, жиры и сахар, выделяется регулярно, то есть по мере отсасывания его младенцем. Под совместным воздействием нервной системы и ряда гормонов придатка мозга на 281-й день на свет появляется сформировавшийся ребенок. Он уже настолько развит, что может самостоятельно дышать и сосать материнскую грудь.

Через длительные интервалы времени мышцы матки ритмически сокращаются и зев ее постепенно раскрывается па-

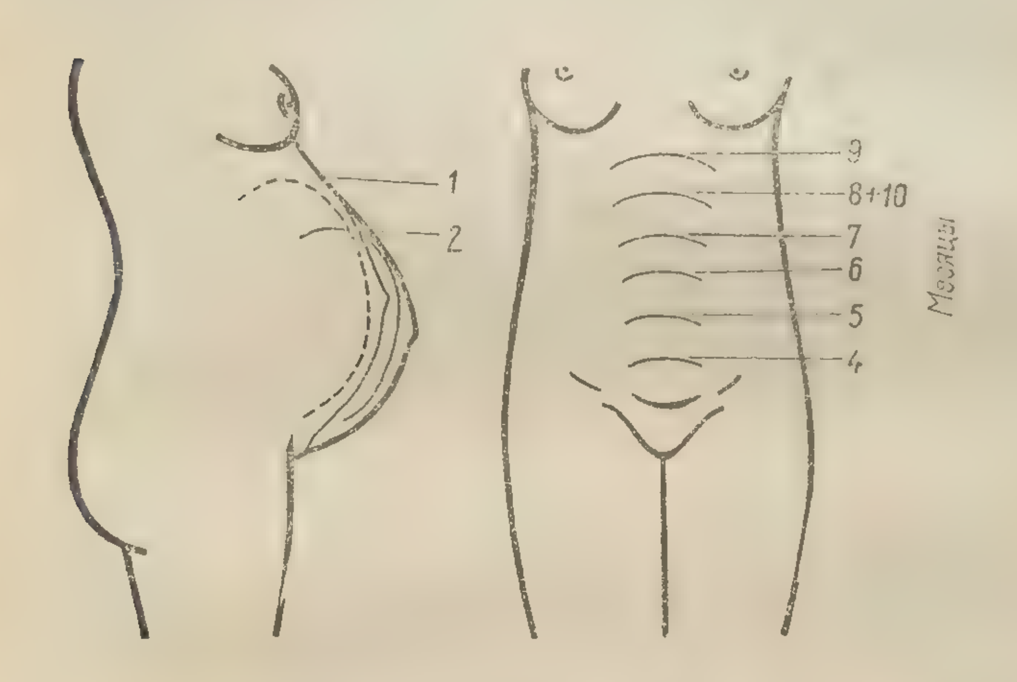
Рис. 37. Сагиттальный разрез туловища беременной женщины в поздней стадии беременности.
1 — плацента; 2 — прямая кишка; 3 — мочевой пузырь; 4 — влагалище.



столько, что может пропустить головку ребенка. Этот период раскрытия длится многие часы. Женщины ощущают при этом тянущее чувство в крестце. Это не острая боль, как при ранении, а тупое, неопределенное, тянущее чувство. При этом не происходит ничего болезненного. Истинная боль является грозным предостережением, например, при воспалении внутренних органов. Когда мы причиняем себе повреждение, мы ощущаем жгучую или пульсирующую боль. Тянущие боли также всегда указывают женщине, что настало время отправляться в клинику или же вынимать все подготовленное и вызывать акушерку.

После полного раскрытия маточного зева характер мышечной работы изменяется. Теперь давление мышц матки продвигает головку ребенка в таз и проводит ее сквозь тазовый канал. Давление головки на дно таза вызывает

Рис. 38. Уровень матки в каждый из 10 месяцев беременности (месяц беременности считают равным 4 неделям).
1 — до опущения плода в полость таза;
2 — после опущения.



третий рефлекс: происходит сокращение брюшной стенки и выталкивание плода наружу. В этот момент акушер следит за тем, чтобы напор давления не был чрезмерным и прохождение ребенка через половую щель протекало не слишком быстро во избежание разрыва промежности.

У примитивных народов мать разрывает или перегрызает пуповину у родившегося ребенка. При этом эластичные стенки сосудов сжимаются, что предупреждает кровопотерю у ребенка. У нас пуповину перерезают острым инструментом, после того как убеждаются, что она более не пульсирует, то есть кровь не нагнетается сердцем ребенка в плаценту и не поступает из нее обратно. Таким образом, мы выжидаем момент, когда ребенок получает максимальное количество крови. При перерезке пуповины острым инструментом стенки сосудов не сокращаются. Чтобы предупредить кровопотерю у ребенка, сначала перевязывается пуповина выше и ниже места перерезки, а затем на расстоянии примерно 10 *см* от пупка ребенка пересекается. Туловище ребенка перевязывается стерилизованной давящей марлевой по-

вязкой, которая лежит до отпадения подсохшего остатка пуповины.

Пока акушер или акушерка ухаживают за новорожденным, мать немного отдыхает. Однако через 15—20 *мин.* наступают новые схватки. Матка сокращается и выталкивает плаценту, которая тем временем отделяется от своего основания — слизистой оболочки матки. Между плацентой и стенкой матки, как правило, скапливается некоторое количество крови, которое изливается наружу, когда плацента, служившая до сих пор как бы затычкой, изгоняется из матки. После полного опорожнения матки мышцы ее сильно сокращаются. При этом они сдавливают стенки кровеносных сосудов, благодаря чему кровотечение прекращается естественным путем. Поэтому акушер регулярно проверяет, достаточно ли активно сократилась матка. Если по какой-либо причине в матке остаются куски плаценты, полного сокращения матки не происходит, часть сосудов остается несдавленной и они продолжают кровоточить. Необходимо сразу же тщательно обследовать плаценту после ее выделения из матки, чтобы убедиться в ее целостности или же выявить отрыв отдельных частей, их недостачу. При наличии в матке остатков плаценты необходимо применить все врачебное искусство, чтобы возможно быстрее их извлечь.

На этом роды заканчиваются и начинается послеродовой период. Послеродовой период, в узком смысле слова, длится 10—14 дней. Освобождение от работы, отпуск после родов, составляет в Германской Демократической Республике в настоящее время не менее 8 недель. В первую часть послеродового периода или в течение послеродового периода женщина в основном должна лежать, хотя многие современные акушеры очень быстро разрешают родильнице вставать, предписывают движения и назначают специальную гимнастику с целью предупреждения образования тромбов в результате свертывания крови в кровеносных сосудах. Во время послеродового периода происходит заживление обширной раневой поверхности на слизистой оболочке матки. При этом из матки выделяется жидкость, которую называют послеродовыми выделениями, или лохиями.

Матка вновь принимает первоначальную величину, растянутая во время беременности брюшная стенка и сильно расширенное во время родов влагалище снова приобретают

исходную форму и эластичность. Наконец, и нервная система возвращается в состояние покоя; беременность и роды, даже при нормальном течении, были для нее большой нагрузкой.

Отсюда вытекает правило поведения в послеродовом периоде. Необходимо выполнение двух основных требований: первое — покой, второе — чистота. Суеверные представления должны быть изгнаны из жилища родильницы, особенно если они направлены против соблюдения ею тщательной чистоты. Родильнице необходимо много спать. Ей не следует принимать много посетителей, много беседовать с ними. Кроме того, посетители часто заносят возбудителей насморка или даже гриппа и тем самым угрожают нормальному течению послеродового периода. Необходимо обеспечить родильнице побольше свежего воздуха. Есть поверье, которое утверждает, что комнату родильницы нельзя проветривать. Правильно как раз обратное.

Какие же опасности угрожают женщине во время послеродового периода? Во-первых, родильная горячка. Она возникает в результате заражения. Возбудители могут быть занесены еще до родов (см. стр. 123), перенос их может происходить и во время родов или в послеродовом периоде. Отсюда категорическое требование: чистота.

Вторая опасность заключается в возможности развития воспаления молочных желез в результате застоя молока; в ряде случаев это осложнение также бывает связано с переносом возбудителей воспаления. Мерами предупреждения этого осложнения являются величайшая чистота и регулярное опорожнение груди. Молодая женщина должна положиться на мнение врачей, которые советуют ей самой кормить свое дитя. Всякая болтовня о том, что этим она испортит себе фигуру, бессмысленна. Наоборот, грудь лучше всего сохраняет форму, если женщина кормит ребенка в соответствии с советами врача, ухаживает за грудью, при надобности поддерживает ее, в соответствующих условиях немного массирует, позже бинтует в приподнятом состоянии и т. д. Воспаление грудной железы с последующей необходимой операцией в гораздо большей степени разрушает красивую грудь, чем послушное выполнение древнего закона.

На последующих рисунках изображен процесс нормальных родов (при изготовлении этих рисунков было использовано руководство по акушерству Шредера).

7 КАК ДОЛЖНА ВЕСТИ СЕБЯ ЖЕНЩИНА ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ И В ПЕРИОД ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ РЕБЕНКА

В жизни молодой женщины наступает счастливейший момент. Она слышит первый крик своего ребенка, она ощущает прикосновение к своим бедрам его мягких маленьких ножек. Вся усталость и тяготы забыты, вся напряженность растворилась в счастье: ты подарила жизнь ребенку, это твое, это наше дитя!

Консультация

В современных родильных домах наблюдение и ведение родов производится наилучшим образом. Прошли времена, когда роженицу подвергали преждевременным вмешательствам. Однако хирургическая техника в настоящее время настолько усовершенствована, что в тех случаях, когда это необходимо, лучше прибегнуть к родоразрешению с помощью кесарева сечения, чем воспользоваться акушерскими щипцами или подобным инструментом. В наше время, когда широко распространена строгая чистота (асептичность) и применение антибиотиков, родильная горячка не играет более никакой роли. Каждой матери можно рекомендовать рожать в роддоме. Там матери и ребенку предоставляется наилучший уход, матери в послеродовой период обеспечивается необходимый покой, и она не обременяется преждевременно домашними делами. (Пребывание в родильном доме в ГДР бесплатное.)

Некоторые акушеры позволяют родильницам вставать очень рано, другие — только через несколько дней после родов. В обоих случаях на второй день начинают лечебную гимнастику.

Новейшей тенденцией в акушерстве является разработка таких условий, при которых женщины рожали бы безболезненно без применения медикаментов. Само собой разумеется, что в особых случаях акушеры еще применяют обезболивающие вещества, однако здоровых беременных еще до родов таким образом подготавливают путем консультаций, реко-

Условные обозначения для нижеследующих рисунков.

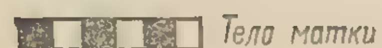


Рис. 39. Состояние незадолго до начала родов. Все три отдела матки находятся еще в состоянии покоя. Весь шеечный канал закрыт.

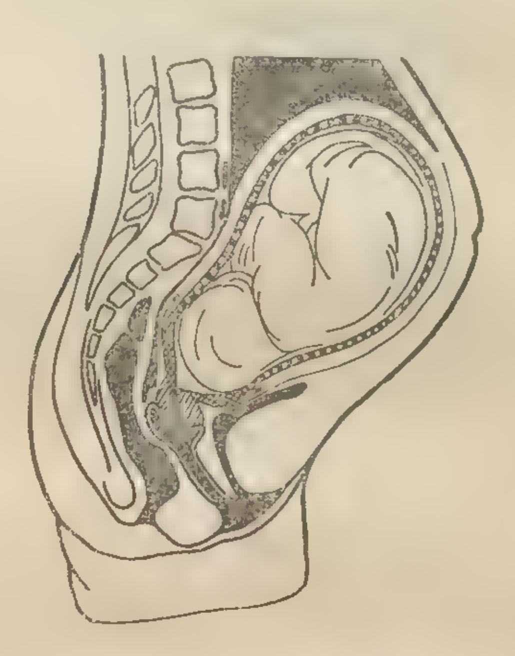


Рис. 40. Начало родов. Первые схватки периода раскрытия закончились, промежуточная часть матки несколько сместилась вверх. Канал шейки матки начинает расширяться в своем верхнем отделе.



Рис. 41. Дальнейшие схватки вызывают перемещение промежуточной части матки над головкой ребенка. Расширение канала шейки матки простирается до наружного зева матки.

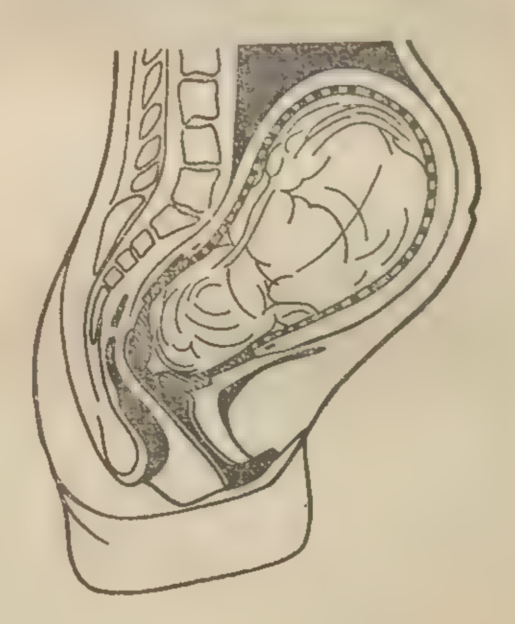


Рис. 42. Компактный вначале канал шейки растягивается, стенка его превращается в тонкий мышечный слой.

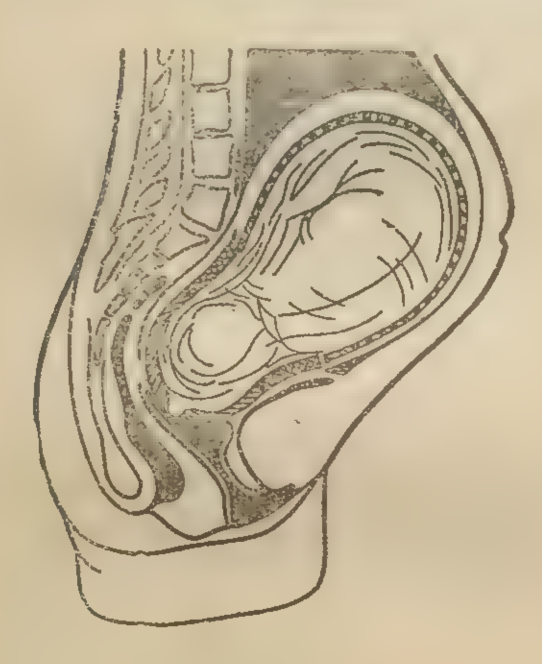


Рис. 43. Начало раскрытия маточного зева. Плодный пузырь выбухает вперед. Мочевой пузырь, связанный с нижним отделом матки, оттесняется вверх.

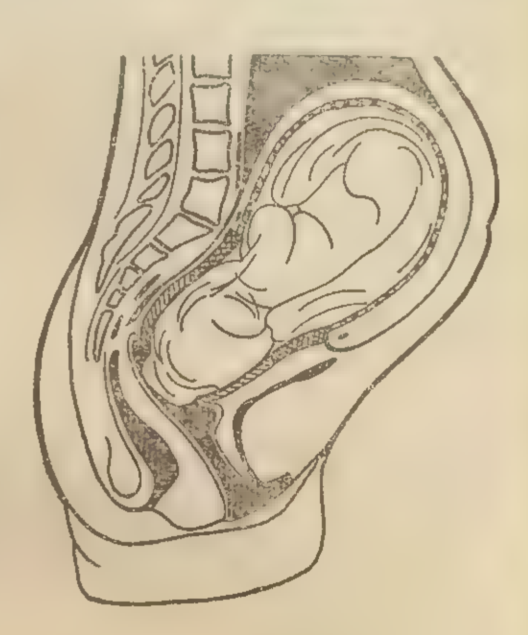


Рис. 44. Полное раскрытие маточного зева. Плодный пузырь достиг преддверия влагалища. Головка ребенка внутри плодного пузыря продвигается глубже и достигает дна таза.



Рис. 45. Наступает период изгнания. Произошел разрыв плодного пузыря.



Рис. 46. Головка ребенка стоит на дне таза. Все тело плода разгибается.

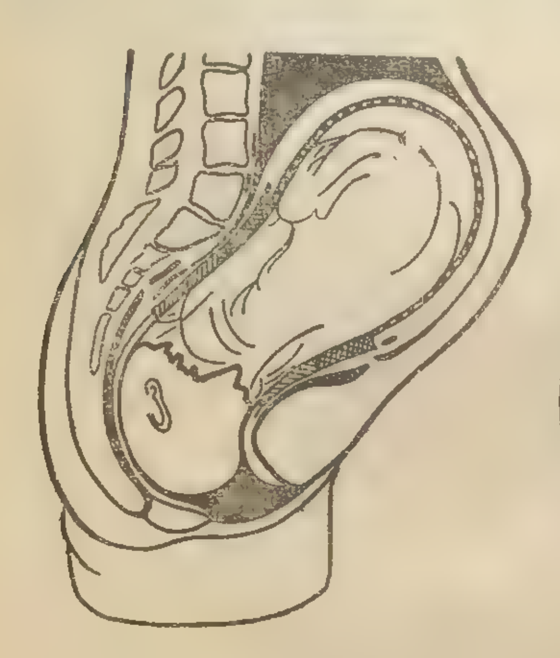


Рис. 47. Головка продвигается глубже. Свод головки ребенка показывается половой щели.

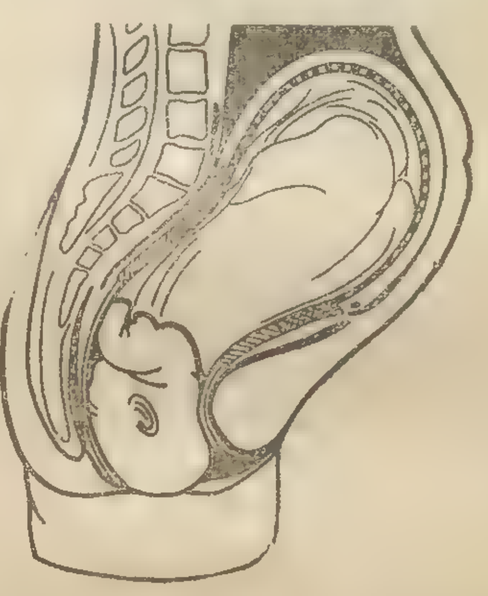


Рис. 48. Головка ребенка выходит из половой щели наружу, она «прорезывается».

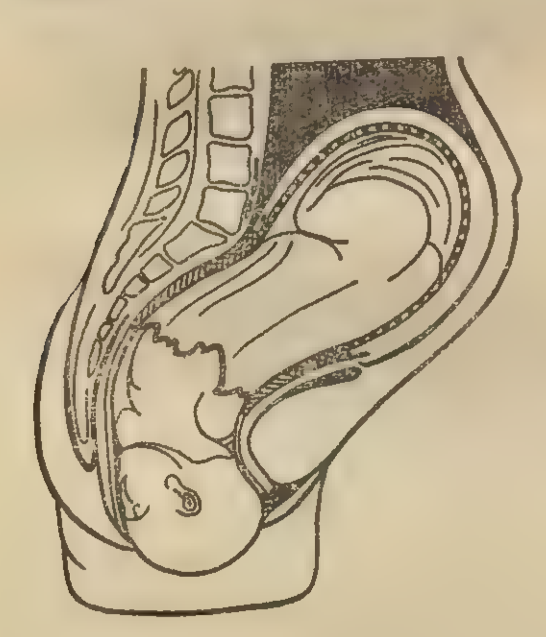


Рис. 49. Головка родилась. За ней следуют плечики. Весь плод продвинулся глубже, верхний отдел тела матки опустел.

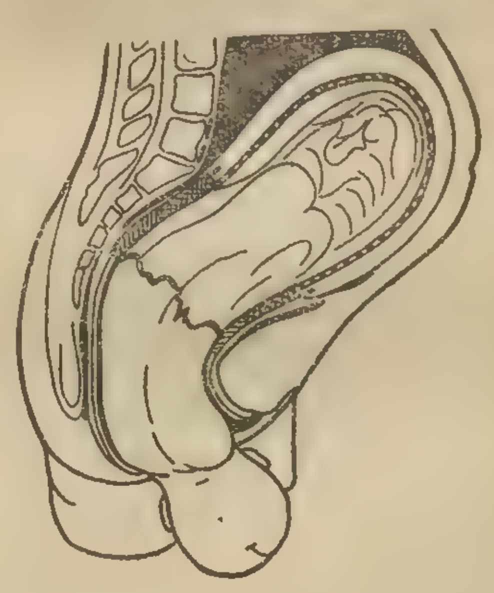


Рис. 50. Состояние вскоре после родов. В самом верху видна плацента, далее следует тело матки, промежуточная часть матки и полностью растянутый канал шейки матки, видно также растянутое влагалище.

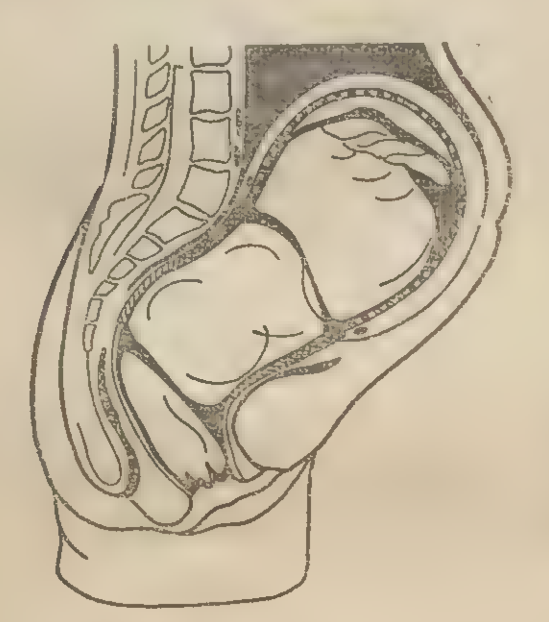


Рис. 51. Послеродовой период. Произошло отслоение срединной части плаценты. Между стенкой матки и плацентой скопилось немного крови.



Рис. 52. Плацента полностью отслоилась и продвинулась глубже. Тело матки сокращается и выталкивает послед.

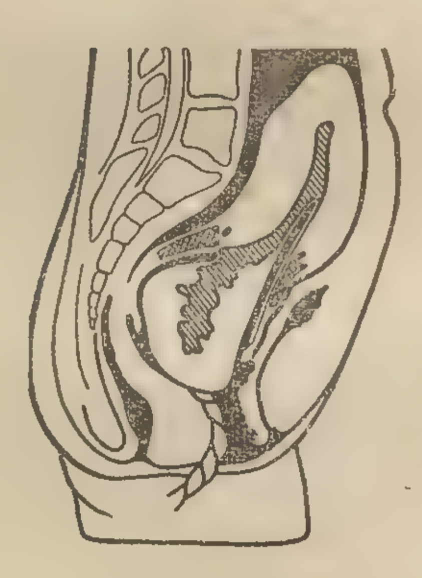


Рис. 53. Разрез через женский таз после окончания родов. Матка сильно сократилась. Полость матки спалась. Промежуточная часть матки и канал шейки достигли своей исходной длины, влагалище приняло первоначальные размеры в длину и ширину, мочевой пузырь вновь занял свое положение в малом тазу.

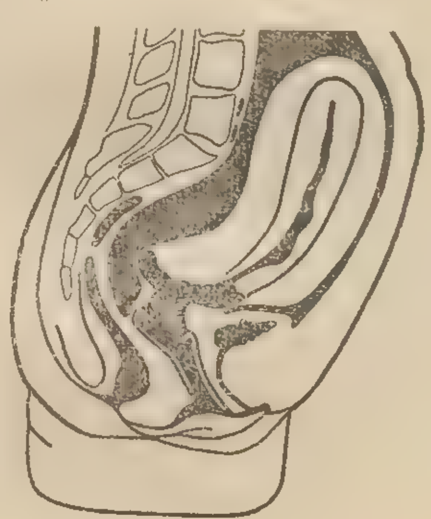


Рис. 54. Схематическое изображение плаценты (по Р. Шредеру). Окрашенный в черный цвет кровеносный сосуд представляет собой пупочную вену. Два светлых сосуда — пупочные артерии. Тончайшие разветвления пупочной вены плавают в заполненных кровью полостях плаценты (на рисунке незаштрихованное пространство), они высасывают из материнской крови питательные вещества и отдают в нее продукты распада, образующиеся в процессе обмена веществ плода.

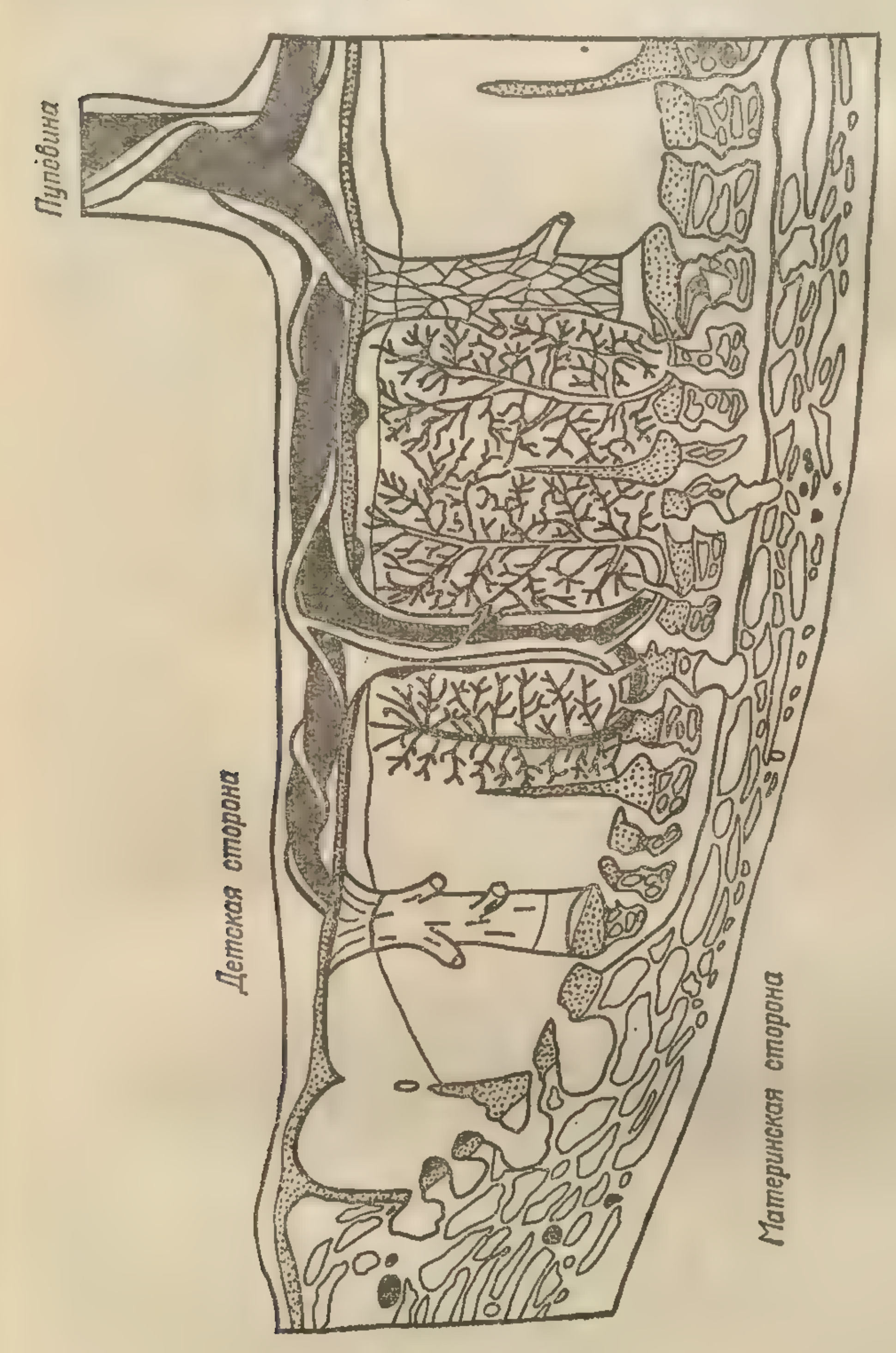


Рис. 54. Схематическое изображение плаценты (по Р. Шредеру). Окрашенный в черный цвет кровеносный сосуд представляет собой пупочную вену. Два светлых сосуда — пупочные артерии. Тончайшие разветвления пупочной вены плавают в заполненных кровью полостях плаценты (на рисунке незаштрихованное пространство), они высасывают из материнской крови питательные вещества и отдают в нее продукты распада, образующиеся в процессе обмена веществ плода.

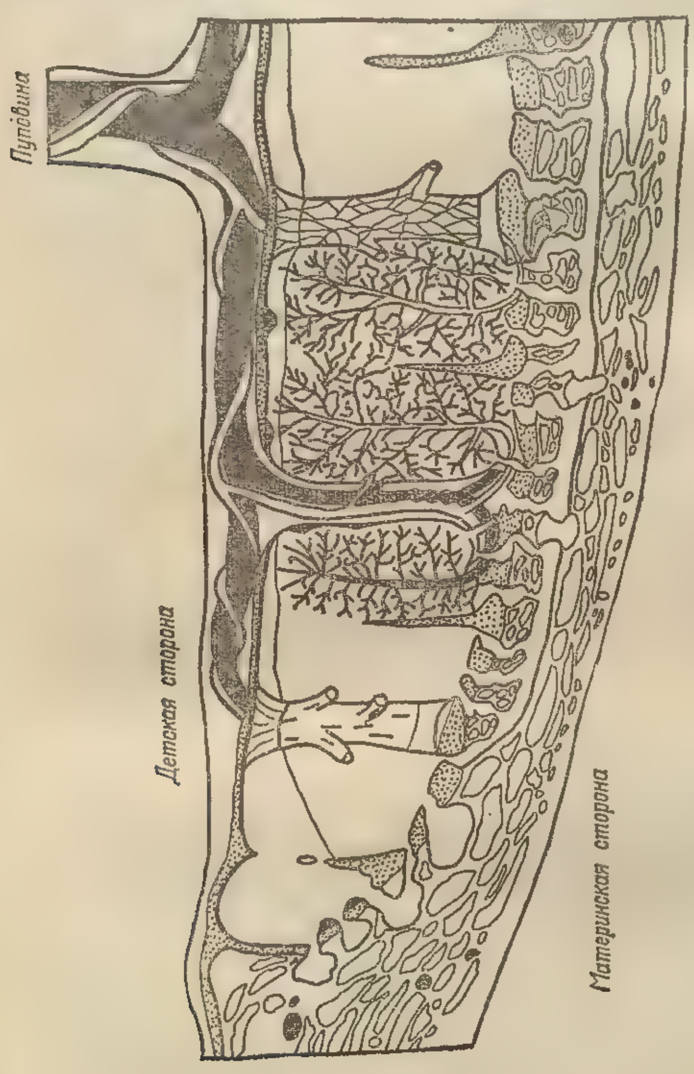


Рис. 55. Вид плаценты со стороны пуповины. Видно разветвление и внедрение кровеносных сосудов в плаценту.

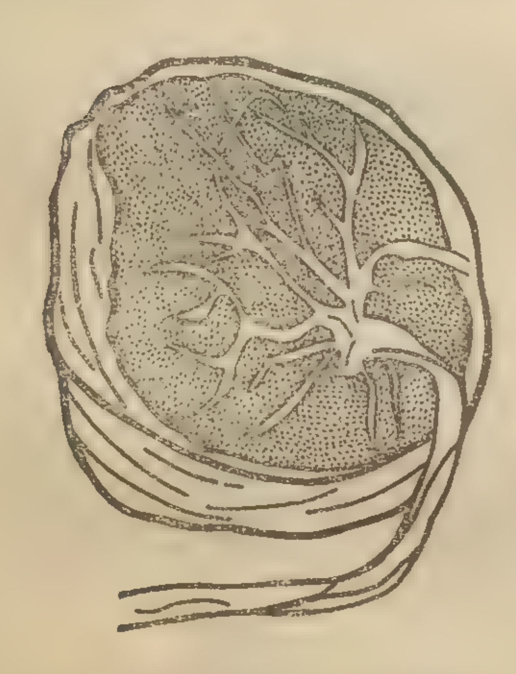
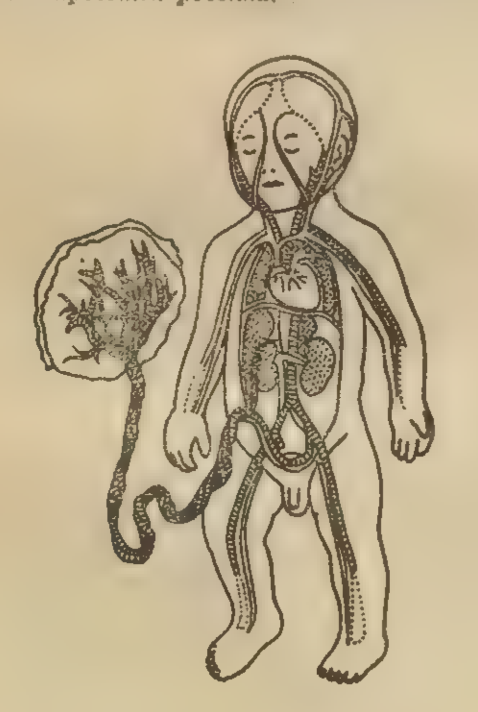
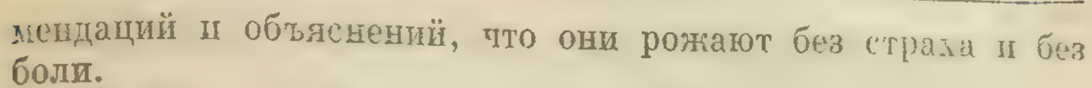


Рис. 56. Неповрежденная плацента, вид со стороны стенки матки. Плацента отслоилась полностью и без потери ткани. В матке не задержалось никаких остатков плаценты.



Рис. 57. Кровообращение ребенка в матке (плацентарное кровообращение). Сердце ребенка гонит кровь в плаценту, откуда кровь возвращается обратно в кровоток ребенка.





мендаций и объяснений, что они рожают без страха и без боли.

Кроме того, всем беременным необходимо своевременно обращаться в женские консультации, которые в большинстве случаев находятся при родильных домах или при соответствующих отделениях больниц. Здесь женщины находятся под наблюдением в течение всей беременности, здесь следят, чтобы у них не развилось нарушение кровообращения и обмена веществ, устанавливают контроль за ростом и положением ребенка. В общем, будущая мать получает здесь консультации по всем интересующим ее вопросам. Помимо освещения вопросов общего порядка, каждая беременная может получить здесь ответы на вопросы личного характера, касающиеся образа жизни во время беременности, занятий спортом, развлечений, одежды и т. д.

Пища

Рацион беременной должен составляться особенно тщательно и быть особенно полноценным. Будущая мать не нуждается в значительном увеличении количества пищи сравнительно с прежним рационом, так как рост ребенка происходит постепенно и распределяется на 280 дней. В особенности не следует увеличивать в рационе беременной содержания жиров; последнее не должно превышать их содержания в нормальном полноценном рационе. Напротив, беременная должна следить за тем, чтобы ее рацион был обогащен всеми витаминами от А до Е, так как у растущего ребенка потребность в витаминах повышена. Особенно важен витамин Д, предохраняющий от рахита, а также витамин Е. Недостаток витамина Е угрожает сохранению беременности.

Пища не должна вызывать образования газов и должна быть так составлена, чтобы не вызывать вялости кишечника и запоров. В общем, беременная должна употреблять обильное количество свежих фруктов, салата, овощей. Она должна перейти, если раньше этого не делала, от употребления белого хлеба к употреблению хлеба из необдирной муки и время от времени обогащать свой рацион проросшими злаками.

Достаточное количество полноценного белка беременная может получить с молоком и молочными продуктами (творог,

сыр). Возникающую жажду она утоляет фруктовыми соками. Часто в первое время у беременной возникает аппетит на необычную пищу. Нередко он направлен на кислые продукты (соленые огурцы, маринованную рыбу). Добавка этих лакомств к рациону не вредит ни матери, ни ребенку. Если потребность в питании во время беременности количественно возрастает ненамного, то в период грудного вскармливания ребенка она значительно повышается. Материнская грудь выделяет ежедневно 800—1000 *г* молока. Благодаря этому повышается потребность матери в белках. Повышается и потребность в витаминах и минеральных веществах. Кормящей матери необходимо получать 1,5 *г* белка вместо нормы 1 *г* на 1*кг* веса тела. Количество витаминов (A, B, C, D, E) в рационе кормящей матери должно примерно на 50% превышать их количество в рационе некормящей женщины. Кормящей матери рекомендуется потреблять вдвое больше кальция, чем обычно, а именно около 2 *г* вместо 1 *г* в сутки. За счет чего же пополняется это количество кальция? Во-первых, кормящая мать должна выпивать в день 1 *л* молока или употреблять его с кашей, с какао, в виде простокваши или кефира; во-вторых, утолять жажду (а у кормящих матерей потребность в жидкости повышена) фруктовыми соками. Употребление пива следует отвергнуть. Особенно желательны для кормящих матерей различные продукты из овса (овсяной муки, овсяной крупы, овсяных хлопьев). В специальных препаратах, как правило, надобности нет; в случаях, где использование их кажется желательным, их назначает врач женской консультации. Неверно, что беременная должна «есть за двоих». Она должна получать лучшее питание в современном смысле, то есть получать больше витаминов, несколько больше полноценного белка, но нет никакой надобности увеличивать в ее рационе количество жира, сахара, муки. Вот в период кормления грудью женщина нуждается в количественной добавке к рациону. Однако эту добавку следует отменять после отлучения ребенка от груди.

Многие женщины за период кормления ребенка грудью привыкают к усиленному рациону питания; после отнятия ребенка от груди они и не думают возвращаться к прежней норме питания, что ведет к накоплению у них в организме избыточного количества жира. И как только они достигают этого нежелательного состояния, некоторые гово-

рят: «Ну, теперь все равно, как я выгляжу, буду уж есть столько, сколько пожелаю». Это ведет не только к тому, что женщины становятся непривлекательными и неуклюжими, но и к перегрузке у них системы кровообращения. Через 10 лет такие женщины начинают задыхаться при быстром подъеме на лестницу. Ввиду этого повторяю еще раз: после отнятия ребенка от груди необходимо отменить все добавки к рациону и переходить на обычную норму питания.

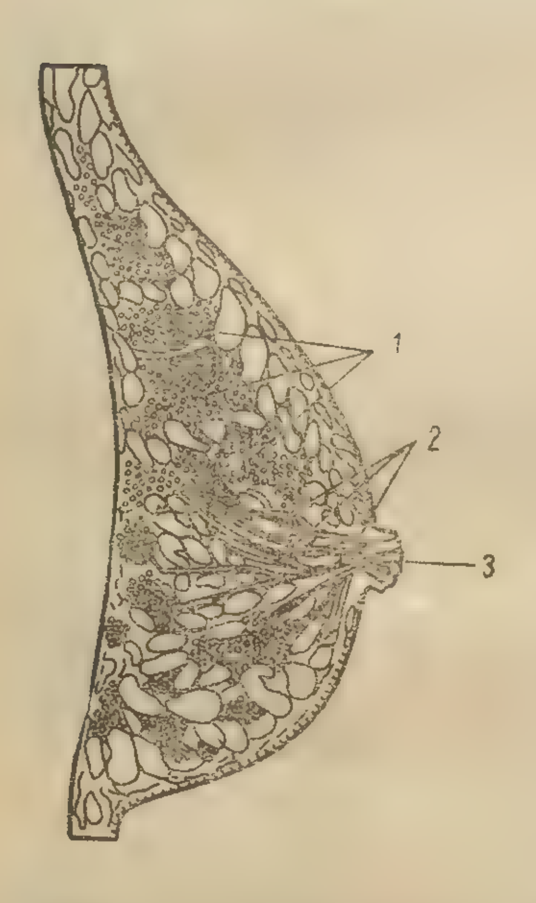
Уход за кожей, движение, отдых

Беременной необходимо уделять большее внимание уходу за кожей. Чистота всего тела во время беременности и в период кормления ребенка грудью должна поддерживаться по возможности еще более тщательно, чем в другое время. Все суеверные предписания, направленные против чистоты, должны быть отвергнуты.

Во время беременности очень рекомендуются воздушные и солнечные ванны, которые благоприятно влияют на самочувствие матери и на развитие растущего плода.

Женщины, которые обычно занимаются спортом, могут продолжать занятия легким спортом до поздней стадии беременности. Они могут возобновлять занятия спортом вскоре после окончания послеродового периода. Кто привык заниматься гимнастикой, может продолжать ее до последних недель беременности. Обычная гимнастика сменяется затем специальной гимнастикой для беременных, и гимнастика послеродового периода переходит вновь в обычную оздоровительную гимнастику для женщин. Ничто так надежно не облегчает некоторые тяготы беременности, как регулярные физические упражнения. Они предупреждают расширение вен на нижних конечностях. У женщин, которые во время беременности регулярно занимаются оздоровительной гимнастикой, гораздо реже развивается геморрой. Сохраняется эластичность брюшной стенки. В значительной мере удается предупредить образование известных рубцов беременных на коже живота, а после окончания беременности с помощью гимнастики можно избежать расслабления брюшной стенки. Бинтование туловища и резиновые чулки необходимы лишь тогда, когда ткани настолько резко расслаблены, что уже нет возможности поддерживать их эластичность гимнасти-

Рис. 58. Разрез через материнскую грудь.
1 — молочные железы; 2 — протоки молочных желез; 3 — устья протоков молочных желез в соске.



кой и массажем и требуется их поддержка внешним воздействием.

Общеизвестно, что у беременных и кормящих женщин увеличена потребность в сне. Часто повышенная утомляемость уже на 2—3-м месяцах беременности является признаком, заставляющим предполагать наличие беременности. Эту потребность в отдыхе необходимо удовлетворять. Отсюда следует, что на некоторых развлечениях беременная должна бывать реже, чем вне периода беременности и периода грудного вскармливания ребенка. Она, конечно, может иногда потанцевать, она не нуждается ни в каких особых ограничениях, но утомительные, разнузданные развлечения, вечеринки, продолжающиеся до утра, несовместимы с состоянием беременности, а также и с долгом вскармливания ребенка. У нас не может быть в жизни все разом. Радость материнства и общения с маленьким ребенком является «наградой, которая все окупает».

Каждой молодой матери следует дать совет, чтобы в месяцы вскармливания ребенка она полностью посвятила себя своему младенцу, так как это прекрасное время никогда уже не вернется. Тот, кто полностью насладился переживаниями этого периода, на всю жизнь получает сокровище, из которого постоянно можно черпать радость и удовлетворение. Тот же, кто по собственной глупости пренебрег этим, никогда не сможет наверстать потерянного.

Одежда

Вопрос о необходимости для беременной носить бюстгальтер в каждом отдельном случае решается при консультации с врачом. Эта мера во многих случаях рекомендуется во избежание растяжения опорных тканей молочной железы. Для беременных и кормящих женщин непригодны обычные бюстгальтеры, для этой цели более подходят модели, которые не только прижимают, но и поддерживают грудь.

Женская одежда в настоящее время в общем имеет настолько целесообразный покрой, что для беременных не требуется более специального платья, как это было необходимо 30 или 40 лет назад. Наши матери и бабушки во время беременности отказывались от ношения корсета и надевали специальное платье для беременных. В наше время молодая мать должна лишь несколько изменить обычное платье. Нижнее белье должно быть, в общем, достаточно воздухопроницаемым, верхняя одежда — легкой и пластичной. Изменить одежду необходимо только тем, кто носит пояса или трико с резинкой или белье из плотной, плохо пропускающей воздух ткани. Кожа беременных и кормящих женщин нуждается в обилии воздуха и не выносит никакого сдавливания.

Малоболезненные роды

Ввиду того что беременные в течение месяцев находятся под наблюдением акушера, в подавляющем большинстве случаев, то есть у всех здоровых женщин, удается добиться малоболезненного родоразрешения.

В последние годы XIX столетия и в XX столетии обезболивание родов производилось с помощью различных медикаментов. Получаемые результаты нельзя было считать удовлетворительными, так как очень часто такой метод обезболивания родов вызывал затягивание процесса родоразрешения и оказывал неблагоприятное действие на ребенка. В некоторых клиниках пробовали использовать в этих целях гипноз. В последнее время, однако, появился совершенно новый метод. Он основывается на предпосылке, что роды представляют собой нормальное явление. Как может боль быть связана с нормальным процессом? Боль играет в жизни важную роль, предупреждая об угрозе. Нам известна режущая боль при ранениях, боль при воспалительных заболе-

ваннях, головная боль. Родовая боль имеет иной характер, и, ввиду того что при нормальном течении родов здоровью роженицы не угрожает никакая опасность, не требуется и никакого особого предостережения, благодаря чему эта боль может быть умерена в определенных границах. Родовая боль мучительна только в сочетании со страхом. Если будущая мать испытывает страх перед родами, первое раздражение, исходящее от сокращающейся матки, переходит порог и воспринимается в сознании как боль. Этот страх поддерживается у нас описаниями ипохондриков, далеких от жизни литераторов, сообщениями о тяжелых патологических родах. Всегда был известен поразительный факт, что в Китае, Индии женщины рожают без больших болей и не испытывают страха перед родами. В Англии Рид, в Советском Союзе группа врачей (Вельвовский, Николаев, Долин, Салганник) занимались вопросом подавления преувеличенного страха перед родами. Советские врачи исходили при этом из отчетливых теоретических представлений, вытекающих из учения И. П. Павлова. Новый метод безболезненного или малоболезненного ведения родов выдержал испытание. Десятки тысяч женщин благодарят за метод, ведущий к нормальному течению беременности, родов и послеродового периода, к получению здорового ребенка.

Опыт, полученный в Советском Союзе, показал, кроме того, что ценность нового метода заключается не только в смягчении или полном устранении родовых болей, но также и в том, что женщины при его посредстве приобретают новое сознание своей роли в течении родового процесса, они становятся его активными участницами, они рожают, как подобает человеку, не чувствуя себя брошенными на ложе страданий.

Данные, полученные в Советском Союзе, а также в Германской Демократической Республике, где только в университетской клинике в Лейпциге с помощью этого метода рожали многие тысячи женщин, показывают, что примерно половина всех женщин вовсе не испытывала болей при родах, у 30% боли были незначительны и только для 10—20% этот метод оказывался неэффективным. К последнему контингенту относились женщины, которые испытывали внутреннее недоверие к методу, или же те, у кого были определенные причины снижения болевого порога. Важно отметить, что и этим женщинам можно помочь, применяя соответ-

ствующие медикаменты. В хорошо оборудованной современной клинике ни одна женщина не должна страдать от непереносимых болей.

Принятый в Советском Союзе психопрофилактический метод заключается в том, что с начала беременности женщинам объясняют, как протекает этот процесс, с тем чтобы они принимали в нем сознательное участие. К моменту родов они оказываются подготовленными до мельчайших деталей.

В Лейпциге женщины до родов посещают акушерскую клинику. Они знакомятся с помещением, в которое им предстоит поступить, они осматривают также палату, в которой будет протекать их послеродовой период. В отдельных случаях они наблюдают, как протекают малоболезненные роды у хорошо дисциплинированной роженицы. Этот метод требует совместных усилий со стороны врача, акушерки и медицинской сестры. Он предъявляет также высокие требования ко всем участникам, в том числе и к рожающим женщинам; зато этот метод является источником чудесного превращения — он поднимает процессы вынашивания и рождения ребенка с животного уровня на ступень сознательной функции, свойственной только человеку [1].

За сравнительно короткий срок, в течение которого был накоплен опыт ведения малоболезненных родов без применения медикаментов, стало ясно еще одно обстоятельство: в период подготовки к родам акушер и беременная имели возможность ближе познакомиться друг с другом. Подготовка касалась теперь не только безболезненного родоразрешения, но также и вопросов охраны здоровья матери и ребенка. Подобные беседы способствовали повышению гигиенического уровня периода беременности, послеродового периода

[1] Литература:
«Schmerzausschaltung bei der Geburt», Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1954. Ganse, Hohlbein und Holtorff, Ein Weg zur schmerzarmen Geburt. (Kleine Gesundheitsbücherei, H. 53) Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1960; Hoyme, Siegfried, Mußt du wirklich mit Schmerzen gebären? (Passat-Bücherei, Bd. 41.), Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1961; Hoyme, Siegfried, Kurze Einführung in die psychoprophylaktische Geburtsvorbereitung, Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1962; Wolff Ulrich, Schmerzlinderung bei der Geburt, Urania-Verlag, Leipzig 1962; Николаев А. П., Основы теории и практики обезболивания родов, М., 1959.

и периода грудного вскармливания ребенка. Из многих клиник сообщалось о случаях, когда удавалось наладить новое отношение матери к ребенку там, где вначале царило непонимание, страх и беспокойство.

Дело обстоит следующим образом: будущая мать страшится всего, что ей предстоит, родов и тех обязанностей, которые встают перед ней в связи с появлением ребенка. В период подготовки беременной не только показывают необоснованность ее страха перед родами, но путем обучения и разъяснений устраняют массу дальнейших забот и сомнений. Будущая мать убеждается, что уход за младенцем и его выкармливание вовсе не является книгой за семью печатями, а представляет вполне постижимую область, основанную на разумных принципах. Она все более и более заинтересовывается своими новыми обязанностями и уже не собирается, как она предполагала ранее, передать новорожденного возможно быстрее в чужие руки (бабушке, в ясли и т. д.). Очень часто вовсе не недостаток любви является причиной того, что молодые и очень молодые матери хотят, как говорится, побыстрее отделаться от своего ребенка. Следует указать, что в подобных случаях гораздо чаще имеет место растерянность, чувство неуверенности в своих силах.

Если же при подготовительных занятиях эта беспомощность будет преодолена и на ее месте появятся прочные знания, матери берут на себя всю ответственность за уход и кормление младенца. При этом возникает новое отношение матери к ребенку, основанное не на животном инстинкте, а на познании.

Отсюда ясно, какая большая ответственность лежит на врачах, акушерках и сестрах, которые проводят подготовительные занятия. Речь идет не только о том, чтобы устранить страх перед родовой болью и обеспечить малоболезненное родоразрешение; значительно более важной задачей является научная подготовка беременной к материнству во всей его полноте и глубине. Следует отметить, поскольку такое указание, к сожалению, еще не является излишним, что в число задач подготовки к материнству входит и пробуждение желания у будущей матери самой кормить грудью своего ребенка.

Кормление ребенка грудью начинается в послеродовом периоде. Некоторые акушеры прикладывают ребенка к груди уже через несколько часов после рождения, так как они

считают, что ребенок должен получить молозиво. Другие вначале дают новорожденному чай и начинают грудное кормление через 24 часа после рождения.

Половые сношения

Один реформатор в области сексологии, д-р Ландманн, выпустил в свое время книжечку под названием «Чистое материнство». В этой книжке указывалось, что женщина, коль скоро она забеременела, не должна продолжать половую жизнь. Он обосновывал это требование наблюдениями из жизни животных. В самом деле, самки животных, после того как они забеременеют, не подпускают к себе самцов и часто энергично обороняются от них и кусают их. Однако я уже подчеркивал, что наблюдения, сделанные на животных, нельзя без дальнейших поправок переносить на людей. Половые сношения для людей означают больше, чем зачатие потомства.

Вопрос о том, могут ли супруги продолжать половые сношения после прекращения у жены менструаций и установления у нее беременности, является весьма обоснованным. Гинекологи и работники женских консультаций сходятся во мнении, что во время беременности половые сношения не противопоказаны при условии соблюдения известной осторожности. Таким путем мужу облегчается возможность остаться верным своей жене. У некоторых негритянских племен принято, чтобы муж на время беременности жены и грудного кормления ребенка переходил к другой женщине; однако для нас такой выход неприемлем. Безусловно, во время беременности половой акт должен осуществляться особенно осторожно. На пятом и шестом месяцах при этом рекомендуется принимать боковое положение. В течение последних 8—9 недель до рассчитанного дня родов половые сношения следует прекратить. Для этого имеются разнообразные основания. Возбуждение у жены может послужить причиной преждевременных родов. Особенно важно то обстоятельство, что во время полового акта во влагалище могут быть занесены стрептококки, являющиеся возбудителями родильной горячки. Следует указать, что эта причина была установлена во многих случаях родильной горячки.

Само собой разумеется, что всякие половые сношения должны быть запрещены в течение многих недель после родов.

Опыт, к сожалению, учит, что многие мужья грешат против этого запрета, а жены уступают желанию мужа из боязни рассердить своего супруга или потерять его из-за ухода к другой женщине. Нормальные половые сношения могут быть возобновлены через 2 месяца после родов. Следует предостеречь только против легкомыслия считать, что женщина во время грудного вскармливания ребенка неспособна к зачатию. Это явление наблюдается у многих женщин, но далеко не у всех. У многих женщин в период грудного вскармливания ребенка наблюдается аменоррея, то есть отсутствуют менструации. У некоторых менструации в этот период слабо выражены. Если супруг в этот период будет слишком нетерпелив, может произойти следующее: прежде чем у жены возобновятся менструации, наступит вновь оплодотворение яйца. Благодаря этому менструации, естественно, будут отсутствовать; однако причиной этому будет служить не отсутствие выделения из яичника яйца, а внедрение оплодотворенного яйца в подготовленную слизистую оболочку матки. Через несколько месяцев станет очевидным, что жена снова беременна.

Столь быстрое повторение беременности оказывает неблагоприятное действие как на женщину, организм которой несет в связи с этим большую перегрузку, так и на ребенка, который преждевременно лишается материнского молока. При нескольких месяцах беременности выработка молока в молочных железах прекращается.

Поведение мужа

Каковы же эмоциональные отношения между супругами во время беременности жены? Животные вне периода течки и в период беременности ведут себя совершенно индифферентно. У людей же влечение к противоположному полу сохраняется. Для мужчины его жена всегда остается предметом уважения, внимания, любви и симпатии, тогда как для женоненавистника женщина всегда является предметом отвращения, существом, от которого ему становится жутко, существом непонятным и враждебным, от которого можно ожидать чего угодно. Таким образом, если мужья стыдятся своих беременных жен или отворачиваются от них, это является лишь подтверждением их ложного воспитания и ложного отношения к явлениям природы. В течение десятилетий

и поколений слово «беременность» являлось запретным. Для мужчины все, что касается родов, послеродового периода, новорожденного или младенца, было неведомой областью. Все это считалось предметами женской компетенции и рассматривалось как неподходящее для мужчин. У некоторых мужчин, очень невежественных в области биологии, такое отрицательное отношение доходит до того, что они вначале не умеют правильно обращаться со своим собственным новорожденным младенцем. Это маленькое красное создание было им чуждо. Они боялись разбить, повредить его и едва ли знали, как за него взяться.

Весь этот защитный комплекс должен быть пробит. Наши юноши с детства должны воспитываться в таком духе, чтобы видеть в беременности естественное явление, которое в то же время достойно всяческого уважения. Они должны встречать будущую мать с глубоким уважением и иметь также представление о младенцах и уходе за ними. Тогда юные мужья не будут стыдиться своих беременных жен. Они совершенно естественно будут находить их прекрасными, каковыми они действительно и являются даже и во время беременности, а некоторые — как раз именно в этом состоянии. Насколько в своих эстетических суждениях мы зависим от воспитания, показывают изображения мадонны времен средних веков. В течение некоторого времени прекрасных женщин всегда рисовали беременными, иными словами, считалось, что небеременная женщина не может быть столь прекрасна, как беременная.

Каково же отношение мужа к перерыву в половых сношениях, который длится в течение последних 10 недель беременности до родов и последующих 10 недель после родов (в общей сложности примерно 4—5 месяцев)? Он должен принимать его без возражений и не пытаться его избежать. Воздержание от половой активности в течение нескольких недель или месяцев ни в коем случае не принесет мужчине вреда. Если половая потребность будет слишком его одолевать, следует заняться трудом, специальной работой. Общеизвестно, что, когда мужчины несут какую-либо большую нагрузку, их половая активность снижается. Мужчина, занимающийся напряженной спортивной тренировкой, значительно снижает свою половую активность, хотя ему и не запрещается половая жизнь, как это было несколько десятилетий тому назад. Женатый спортсмен может разрешить себе умо-

ренную половую жизнь; регулярная разрядка в большей мере позволяет ему сохранять форму, нежели вынужденное воздержание.

Подобное же явление происходит и с людьми искусства и работниками науки, когда они углубляются в свою работу. Для человека характерно, что его половая жизнь находится в большой зависимости от функции головного мозга. Если кора головного мозга занята созидательной научной деятельностью или деятельностью в области искусства, если мы углубляемся в важные изыскания или исследования, мы становимся более или менее нечувствительными к раздражителям, возбуждающим нашу эротику и сексуальность. Лишь с прекращением этого напряжения органы чувств и нервные пути вновь освобождаются и становятся доступными для восприятия полового возбуждения.

Это должно быть важным указанием и для жен. Представители обоих полов ведут себя не всегда одинаково. Умная супруга никогда не будет поэтому злиться на своего мужа, не будет считать себя покинутой, если муж уходит с головой в свою работу. Она будет ожидать, когда эта работа будет закончена, когда снова придет ее время.

8 САМОПРОИЗВОЛЬНОЕ И ИСКУССТВЕННОЕ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ ПРЕРЫВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ— ВЫКИДЫШ И ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ РОДЫ

Не всякая беременность приходит к благополучному исходу. По многим причинам беременность может заканчиваться преждевременно — выкидышем или (если ребенок уже жизнеспособен, то есть с шестого месяца беременности) преждевременными родами. Выкидыши наблюдаются особенно часто между третьим и четвертым месяцами беременности. Это связано с тем, что начиная с четвертого месяца беременности местом выработки гормона желтого тела становится плацента. Если переключение этой функции с яичников на плаценту происходит не вполне согласованно, положение плода становится опасным. Ввиду этого каждая женщина должна вести себя в это время спокойнее обычного.

Если у нее уже были случаи выкидыша, она должна проконсультироваться у гинеколога. Последний наверняка поможет ей своевременным назначением недостающего гормона.

Выкидыш оказывает глубокое воздействие на физическое состояние и психику будущей матери. В течение 10—12 недель ее организм полностью настроился на формирование плода, изменилась гормональная регуляция женского организма, значительно усилился приток крови к матке. Если эти подготовительные процессы будут нарушены в течение одного-двух дней, то понадобятся недели, чтобы восстановить исходное состояние равновесия. Поскольку физическое и психическое состояние организма составляют одно целое, сознание и эмоциональная жизнь женщины также реагируют на эту внезапную перемену. Большинство женщин испытывает глубокую печаль по поводу потери ребенка.

Еще более глубокое действие оказывает искусственное прерывание беременности (аборт). В этом случае к чувству грусти о потерянном ребенке часто примешивается чувство виновности. Вновь и вновь возникает вопрос: «Разве я не должна была выносить ребенка?» Искусственное прерывание беременности допустимо только в вынужденных случаях. Оно должно диктоваться необходимостью, служить для устранения еще большего несчастья. Имеются медицинские обоснования искусственного аборта, которые настолько серьезны, что в сравнении с ними приходится пренебрегать опасностью, непосредственно связанной с прерыванием беременности. Речь идет о тяжелых заболеваниях сердечно-сосудистой системы и кроветворных органов, почек, нарушений желез внутренней секреции, тяжелых болезнях легких и нервной системы.

Напротив, социальные показания к аборту — обоснование его «тяжелым экономическим положением» — мы не можем признать удовлетворительными. Гораздо целесообразнее обратиться за помощью для устранения материальных затруднений, чем подвергать женщину опасности, связанной с прерыванием беременности.

По данным венского гинеколога д-ра Рак, в Германии и до сих пор производится ежегодно 500 000 нелегальных абортов. Во многих случаях их делают врачи, но еще большее количество абортов производят шарлатаны, поэтому и сегодня тысячи женщин умирают от аборта. Беда в том, что

эти эскулапы не имеют представления об анатомии женщины. В результате они совершают прободения влагалища и матки. Они вытягивают наружу петли кишок. Они не имеют также представления об асептике и инфицируют женщину.

Однако и врачи, производящие нелегальный аборт, часто приносят женщине несчастье. Поскольку все должно быть в тайне, женщина не может оставаться в постели. Она не хочет обращаться в клинику. А между тем только в хорошо оснащенной клинике опасность от аборта может быть снижена до приемлемого уровня. Но и в самой лучшей клинике прерывание беременности может привести к тяжелым последствиям.

Непосредственная опасность, связанная с абортом, в настоящее время далеко не так велика, как прежде. В хорошо оснащенной клинике не бывает случаев повреждения органов брюшной полости или тяжелого кровотечения при прерывании беременности. Точно так же исключена возможность возникновения при родах воспаления брюшины или родильной горячки. Подобные последствия можно предупредить применением антибиотиков. Однако психическую травму, которую следует ожидать в связи с прерыванием беременности, нельзя предупредить даже и в лучшей клинике. Кроме того, невозможно предугадать, сможет ли девушка или женщина, чья первая беременность была прервана, зачать и выносить второго ребенка. В результате оперативного вмешательства, необходимого для прерывания беременности, на слизистой оболочке могут возникнуть рубцы и спайки, которые в дальнейшем будут препятствовать зачатию или же послужат причиной внедрения яйца на неподходящем месте. Ввиду этого при решении вопроса о прерывании первой беременности следует проявлять особую предусмотрительность. При третьей или четвертой беременности, то есть у женщины, уже родившей двоих или троих детей, показания к прерыванию беременности могут быть несколько менее строгими.

Совершенно недопустимы внеклинические аборты или же применение различных средств, а также вмешательство самой беременной. В каждом таком случае беременная рискует потерять жизнь от кровотечения, повреждения, разрывов и горячки. В Германской Демократической Республике для получения разрешения на прерывание беременности необходимо подать заявление в Окружной отдел здравоохранения, где это заявление рассматривает комиссия, в состав которой

входит окружной врач, специалист-гинеколог, еще два врача (в большинстве случаев терапевты), специалист-психиатр, сотрудница отдела социального обеспечения и представители Объединения свободных немецких профсоюзов и Демократического женского союза Германии. Сначала тщательно рассматривают заявление и затем в зависимости от причины, выдвигаемой для обоснования необходимости аборта, подавшую заявление женщину обследует соответствующий специалист. Нередко возникает необходимость направить женщину в специальную клинику (клинику уха, горла, носа, глазную, урологическую клинику или к специалисту-туберкулезнику). После представления всех необходимых данных решается вопрос о том, следует ли удовлетворить или, наоборот, отвергнуть данную заявку на аборт. В одном крупном городе средней полосы Германии удовлетворяется примерно половина заявлений на аборт. Выполнение аборта происходит только в гинекологической клинике, чтобы предохранить женщину от любого возможного осложнения. Описанный порядок применяется в ГДР уже около 10 лет.

В последнее время возникает вопрос, соответствует ли чисто клиническое заключение требованиям действительной жизни. Необходимо принимать во внимание следующее.

1. Определение понятия «здоровье», которое было установлено ВОЗ в 1947 году и к которому до настоящего времени присоединились 112 государств, в том числе наиболее крупные, такие, как Советский Союз, Индия, Китай и Соединенные Штаты Америки, гласит: «Здоровье представляет собой состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и недугов...»

2. Марксизм учит нас рассматривать все явления жизни во взаимосвязи, не вырывая их из естественных и социальных условий. Если учесть все это, нетрудно понять, какая разница имеется между женой железнодорожника, страдающей расширением вен, беременной в седьмой раз и подавшей заявление о прерывании этой седьмой беременности ввиду того, что она не сможет беречься ни во время беременности, ни после рождения седьмого ребенка, и женой директора предприятия, имеющей двух детей, которая также подает заявление о разрешении на аборт ввиду наличия у нее расширения вен. Такая постановка вопроса вовсе не должна служить предлогом для того, чтобы социальным факторам прида-

вать решающее значение (так сказать, впустить социальные показания через заднюю дверь); однако следует учитывать, что общество, представляемое органами государства, округа, района, отнюдь не может полностью обеспечить жене железнодорожника с ее шестью детьми той помощи и разгрузки, которые ей были бы необходимы по состоянию ее здоровья, чтобы выносить и выкормить седьмого ребенка. Состояние здоровья этой женщины в соответствии с приведенными соображениями и научным определением этого понятия может быть определено правильно только при учете ее положения (муж—железнодорожник, шесть маленьких детей, отсутствие, таким образом, возможности прирабатывать, уход за этими детьми). Лечение расширения вен у этой женщины будет протекать совершенно иначе, чем у жены директора предприятия, даже и в том случае, если к их услугам будет одна и та же клиника, одни и те же врачи. Эти соображения еще не могут вести к созданию какого-либо законодательства, однако настало время вновь обсудить эту проблему в наших современных условиях и при нашем сегодняшнем понимании взаимозависимости между здоровьем, болезнью и социальным положением.

9 ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Для молодежи в 14—17 лет профилактика беременности не является подходящим средством разрешения половой проблемы; всем противозачаточным методам присущи элементы ненадежности, и, кроме того, применение противозачаточных средств может препятствовать формированию здоровых отношений в области пола.

Однако предупреждение преждевременной беременности становится как с общественной, так и с индивидуальной точки зрения настоятельной необходимостью для всех женщин, которые в возрасте 18—24 лет проходят профессиональное обучение. Двойная нагрузка — учеба и ребенок — оказывается для них совершенно непереносимой.

Применение противозачаточных средств вполне уместно в супружеской жизни после рождения первого ребенка. В порядке вещей, если жены регулируют число родов, особенно если следят за тем, чтобы дети рождались не каждый год (есть женщины, которые за два года рожают троих детей), так как столь быстрое следование беременностей оказывает

неблагоприятное влияние на матерей или на детей, а очень часто и на тех и других. При таких частых родах детей приходится слишком рано отнимать от груди, а мать не имеет возможности отдохнуть между беременностями. У матери развивается дряблость брюшной стенки, выпадение матки и даже влагалища, происходит перегрузка органов кровообращения, возникает расширение вен на голенях и бедрах; все это отрицательно влияет на здоровье матери. Между каждыми родами должно проходить примерно 2—2,5 года; с другой стороны, промежутки между родами не должны превышать 3—4 лет. Исключения подтверждают правило, но в общем получается так, что при интервалах между родами в 7 или 8 лет каждый ребенок в семье становится единственным ребенком. Ввиду того что прерывание беременности и в настоящее время все еще является вмешательством, влияние которого на организм невозможно предвидеть в деталях, беременности, которые из соображений целесообразности не могут быть выношены, следует предупреждать. Каждый человек старше 16 лет должен знать, как предупредить нежелательную беременность, потому что больше 12—16 детей не может, не должна рожать и обычно не рожает ни одна женщина. Раньше, даже и при хороших экономических условиях, из 10 новорожденных в семье выживали только 4 или 5, иначе говоря, только 4 или 5 достигали возраста 18 лет. Королева Мария-Терезия родила 19 детей, из них остались в живых 5 или 6. Христиан Гете имел 5 детей, из них в живых остался единственный сын. Вполне достаточно, если здоровая женщина вырастит 3 или 4 детей. Для этого нужно родить не более 3 или 4 раз. При известной заботливости она сможет вырастить всех детей. В современном цивилизованном государстве из 100 новорожденных в первый год жизни умирают 2—3, тогда как ранее умирало 25—30.

Методы предупреждения беременности

Чтобы предупредить зачатие, необходимо парализовать или убить сперматозоиды или же воспрепятствовать проникновению способных к оплодотворению сперматозоидов в половые пути женщины вплоть до воронкообразных расширений яйцеводов, где происходит оплодотворение зрелого яйца. С этой целью можно использовать механические

и химические средства, такие, которые применяют женщины, и такие, которыми пользуются мужчины. Оба вида этих средств можно применять в комбинации. Наконец, для акта любви можно избирать дни, когда женщина не способна к зачатию.

Очень часто, возможно, даже чаще всего в целях предупреждения зачатия используют прерванный половой акт. С этой целью половой член извлекается из влагалища прежде, чем происходит извержение семени. При этом мужчина должен следить, чтобы семенная жидкость не попала на влажную слизистую оболочку преддверия влагалища; в противном случае может случиться, что сперматозоид проделает весь длинный путь до яйца, особенно если под влиянием катара, белей и т. п. кислая реакция влагалища переходит в щелочную. Преимуществом этого метода является ненадобность применения каких-либо предварительных мер или добавочных средств; очень крупным недостатком его является связанная с ним нагрузка на нервную систему мужчины и женщины. Мужчина не может свободно отдаться чувству, так как он должен уловить момент, когда половой акт должен быть прерван. Еще чаще страдает женщина, так как в подавляющем большинстве случаев она бывает лишена возможности закончить половой акт. Во время все возрастающего возбуждения кривая его внезапно прерывается. Половые органы переполнены кровью, однако, поскольку половой акт не заканчивается и расслабления не наступает, кровь не может беспрепятственно отхлынуть. Женщина еще долго лежит без сна, охваченная тяжелым чувством и отвращением; только постепенно она вновь успокаивается. Ввиду этого прерванный половой акт не рекомендуется для постоянного использования в качестве противозачаточного средства.

Небольшая группа супругов пользуется много раз пропагандировавшимся методом «кареца». «Кареца» означает нежность. Супруги нежно ласкают друг друга, затем муж вводит половой член во влагалище жены, но оба остаются в неподвижности. Они продолжают ласкать друг друга, шепотом переговариваются до тех пор, пока возбуждение не пройдет, не вызвав эйякуляции.

Этот метод очень одобряют люди, склонные к нежности. Для темпераментных людей он не годится. Такие люди или остаются неудовлетворенными, или же у них прорывается темперамент, и «кареца» заканчивается настоящим прерванным половым актом со всеми своими неприятностями.

Механические средства

Наиболее эффективной преградой для сперматозоидов является оболочка, которую мужчина надевает на половой член при половом акте. Ранее для этого применяли отпрепарированную слепую кишку овцы. В настоящее время обычно используют тонкую резиновую пленку (кондом). Имеются короткие резиновые колпачки, которые покрывают только головку полового члена; их применять не рекомендуют, так как они часто соскальзывают, причем ни мужчина, ни женщина не обнаруживают этого своевременно. Чаще применяют оболочки, которые надеваются на весь половой член. Чтобы кондом отвечал своему назначению, он должен быть тонким, но прочным на разрыв. В тепле и при длительном хранении резина теряет эластичность. Ввиду этого не рекомендуется покупать резиновые кондомы в запас. Кондом должен быть подобран по размеру. Он должен прилегать к подлежащей ткани, не образуя складок. Было бы целесообразно производить кондомы по размерам. (Практически было бы достаточно трех размеров.) Из-за того что при применении кондома недостает слизи, отделяемой железами переднего отдела мочеиспускательного канала, необходимо употребление смазки в виде мази или геля.

Преимущество кондома заключается в том, что при правильном применении высококачественный кондом обеспечивает сравнительно надежную защиту не только для женщины против беременности, но и для обоих партнеров от заражения микроорганизмами. Если это качество не имеет особого значения в браке, то оно приобретает решающее значение при случайных половых сношениях вне брака. Это замечание вовсе не должно означать, что мы одобряем неверность. Однако в настоящее время подобные случайные половые сношения происходят настолько часто, что гигиенический совет об обязательном использовании при этом кондома имеет свое оправдание. Предохраняясь в подобных случаях, мужчина тем самым защищает от заражения себя и свою жену. Недостаток кондома заключается в том, что в начале или во время полового акта возникает неприятное нарушение контакта, которое у чувствительных людей мешает наслаждению. Болезненного прерывания контакта при половом акте, которого многие опасаются, можно, разумеется, избежать, для чего надевание кондома включается в предварительную

любовную игру таким образом, чтобы женщина с любовью и с требуемой тщательностью надела резиновую оболочку на половой член своего возлюбленного. При этом удается также избежать тех ошибок при надевании кондома, которые возникают из-за спешки и нетерпения.

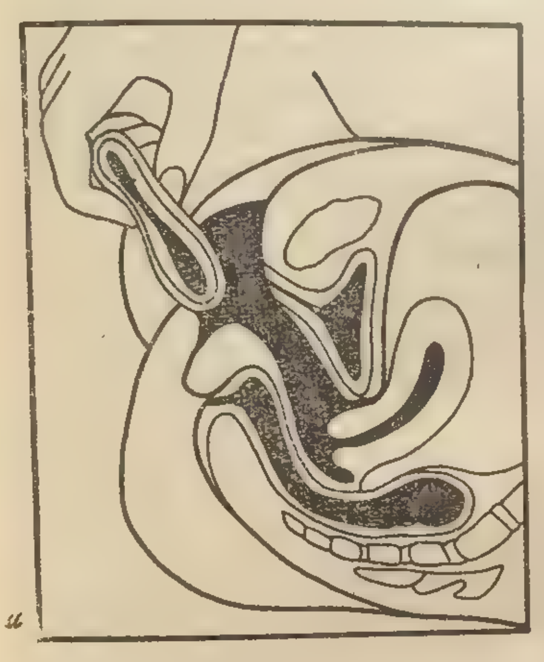
Ввиду того что при пользовании кондомом слизь, отделяемая железами переднего отдела мочеиспускательного канала, не может проникать на поверхность и нести свою функцию в качестве смазки, тщательно натянутый и гладкий резиновый кондом всегда необходимо увлажнять. В спешке и при необходимости достаточно бывает смачивания слюной, лучше пользоваться жидким парафином (очищенный жидкий парафин) или специально изготовленной смазкой или растительной слизью в форме геля. Такая предосторожность необходима, чтобы избежать натирания сухой резиновой оболочкой, из-за чего женщины могут уклоняться от применения этого противозачаточного средства.

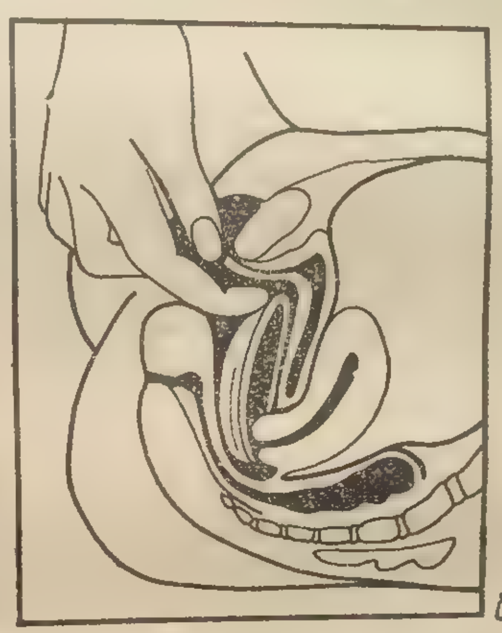
Если женщина хочет преградить сперматозоидам доступ в матку, она может надеть на маточный зев колпачок (закупоривающий пессарий); эту процедуру женщина проделывает самостоятельно или обращается за помощью к специалисту; можно также ввести через влагалище запирательную мембрану (влагалищный пессарий). Доступны оба эти метода. Колпачки изготовляются из нержавеющего металла. Размер их должен точно соответствовать объему шейки матки. Ввиду этого колпачки подбирает и вводит в первый раз гинеколог. В дальнейшем большинство женщин научается устанавливать себе колпачок самостоятельно, без посторонней помощи. Понятно, что колпачок следует удалять незадолго до начала менструации. После полного окончания кровотечения колпачок можно установить вновь. Был сконструирован колпачок с клапаном, пропускающий выделения из матки, но он оказался недостаточно надежным.

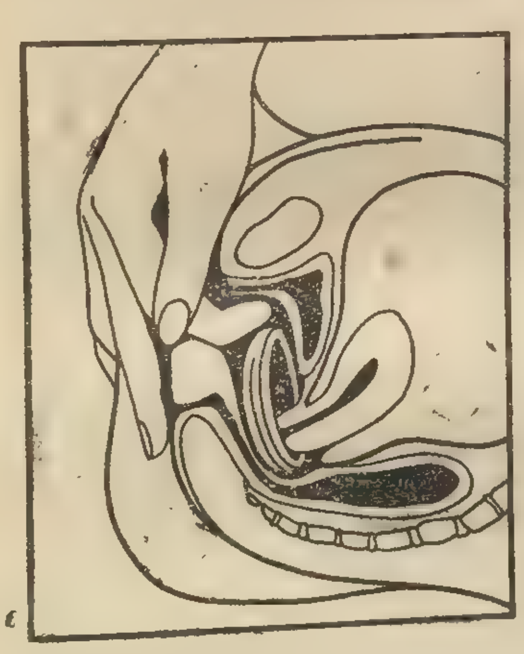
Не следует применять колпачков, которые укрепляются с помощью стерженьков, вводимых в канал шейки матки. Рано или поздно раздражение, вызываемое ими, приводит к воспалению внутренней оболочки матки — эндометриту.

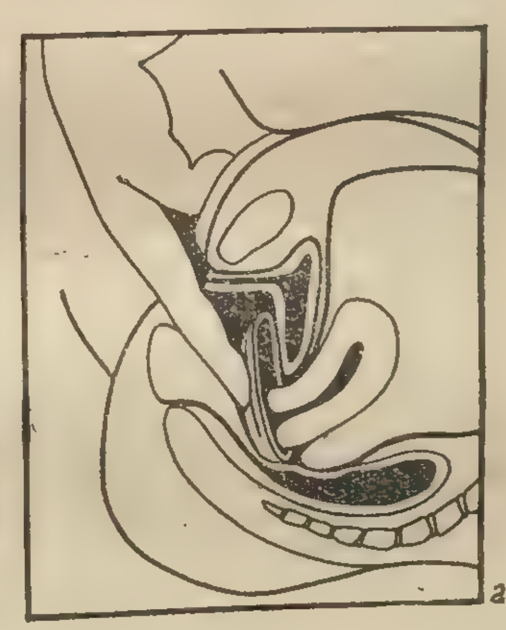
Колпачки являются хорошим и употребительным противозачаточным средством при условии их правильного введения и укрепления. Однако это требование легче предъявить, чем выполнить. Совсем нередко случается, что колпачок незаметно сдвигается и женщина против своего желания

Рис. 59—62. Введение влагалищного пессария.
а — пессарий вводят в сдавленном состоянии; *б* — пессарий накладывают на маточный зев; *в* — пессарий сдвигают назад; *г* — проверяют, достаточно ли полно пессарий закрывает зев матки.









беременеет. Если колпачок плохо подобран, то он натирает шейку матки в окружности зева.

Следует указать, что многие гинекологи отвергают использование всех видов колпачков. Они обосновывают это тем, что в большинстве случаев в окружности зева матки наблюдаются воспалительные изменения, вызываемые давлением колпачка.

Коль скоро возникает хотя бы небольшое воспаление внутренней оболочки матки, применение колпачков на зев матки становится просто опасным. В этом случае воспалительные истечения из матки не находят себе выхода, застаиваются и могут распространиться даже на яйцеводы. Ввиду этого женщинам, пользующимся колпачками, необходимо время от времени показываться гинекологу, с тем чтобы получать консультацию о возможности дальнейшего использования закупоривающих колпачков.

Совершенно недопустимо, чтобы женщины по собственному усмотрению покупали колпачки и пытались установить их самостоятельно или же прибегая к помощи акушерок или даже, как это еще случается, к помощи знахарок.

Знахарки должны помнить, что всякое вмешательство в область половых органов им воспрещено законом.

Значительно более приемлемы влагалищные пессарии. Они состоят из резины или из нераздражающей пластмассы, которая натягивается на металлический ободок; теперь ободки также изготовляют из пластмассы.

Влагалищный пессарий похож на плоскую чашку. При введении его сдавливают; во влагалище металлический ободок расправляется и при этом влагалище разделяется на две половины: заднюю, в которой находится зев матки, и переднюю, которая принимает половой член мужчины. Если влагалищный пессарий находится в правильном положении перед зевом матки, он обеспечивает сравнительно надежный противозачаточный эффект. Использование его не угрожает поражению шейки матки в области зева, как это имеет место при употреблении колпачков. Однако, как и все противозачаточные средства, влагалищный пессарий имеет свои недостатки. Его следует вводить за некоторое время до полового сношения и удалять на следующее утро. Ввиду того что влагалищный пессарий не обеспечивает герметической изоляции влагалища от маточного зева, рекомендуется перед употреблением смазывать обе его стороны и края пастой или гелем,

содержащими вещества, убивающие сперматозоиды. Таким путем можно предупредить проникновение отдельных сперматозоидов между стенкой влагалища и краем пессария. Женщины, у которых влагалищное отделяемое имеет резко кислую реакцию, не нуждаются в этой дополнительной мере. При тесном соприкосновении со стенкой влагалища сперматозоиды под влиянием кислоты парализуются.

Другое дело у женщин с поражениями слизистой оболочки влагалища или особенно у женщин, страдающих выделением белей, у которых влагалищная среда имеет щелочную реакцию. Ввиду этого следует настоятельно рекомендовать, чтобы влагалищные пессарии использовались также после консультации с гинекологом. Общие указания в таком деле, как трудная задача предупреждения нежелательной беременности, не пригодны. К желаемым результатам может привести лишь индивидуальная рекомендация, основанная на данных тщательного обследования.

Совершенно категорически следует запретить использование тампонов, вкладышей, палочек и т. п., вводимых в полость матки. Полость матки свободна от микроорганизмов. Она отделяется от внешней среды кристеллеровской слизистой пробкой (см. стр. 80). Всякое вторжение в полость матки опасно. Вмешательства в полость матки требуют таких же предосторожностей, как и операции в брюшной полости; при необходимости производить какие-либо манипуляции в полости матки врачи подготавливаются так же, как при операции по поводу аппендицита. Проволочные петли, штифты и т. п., вводимые внутрь матки, отнюдь не гарантируют предохранения против беременности, гораздо чаще они приводят к хроническому воспалению матки и на этой почве вызывают повторные аборты. В пределах этой книги нет возможности описывать все опасности, которыми чреваты подобные воспаления, так как для этого понадобились бы многие страницы. Специалистам они известны из руководств по гинекологии.

Химические средства

Все эти средства используются исключительно женщинами. При этом используют какую-либо жидкость с кислой реакцией. Возможно применение уксусной кислоты, более эффективны дезинфицирующие средства. Спринцевания с

этой целью крайне ненадежны. Их можно применять только после полового сношения, однако очень часто к этому времени сперматозоиды успевают уже проникнуть в полость матки, где они находятся в безопасности.

Кроме того, для любящей женщины спринцевание неудобно и неэстетично. Ей хотелось бы спокойно полежать еще со своим любимым и постепенно успокоиться после пережитого возбуждения. Однако, если она хочет достигнуть от спринцевания какого-либо эффекта, она должна встать и спринцеваться немедленно. Если она не приготовила спринцевание заранее, тогда возникает спешка, которая разрушает всю радость.

Спринцевание есть средство профессиональных проституток. (О побочном действии влагалищных спринцеваний см., кроме того, в главе «Гигиена половой жизни», стр. 211).

Эффективным средством служит губочка, пропитанная дезинфицирующим раствором или разведенным уксусом. Эту губочку надо подвести к самому зеву матки. Она препятствует непосредственному введению семенной жидкости в маточный зев. Дезинфицирующая или кислая жидкость парализует сперматозоидов. Фармацевтическая промышленность для удобства женщин изготовляет таблетки и мази, которые оказывают такое же действие, как и губочки. Они образуют пену, которая должна покрывать зев матки. Это возможно, однако, только при введении их в глубь влагалища и помещении непосредственно перед маточным зевом. Дезинфицирующие мази следует выдавливать непосредственно перед маточным зевом с помощью удлиненного наконечника.

Ввиду того что все эти средства требуют от женщины известной тщательности, все они не являются надежными. Кто смог бы предъявить молодой женщине требование, чтобы она в момент любовного возбуждения тщательно следовала инструкции по применению противозачаточных средств? Во многих случаях такое требование было бы чрезмерным. Кроме того, крем «Тутус» следует применять за 10 минут, гель «Нона» по крайней мере за 20, лучше за 30 минут до введения во влагалище полового члена. За это время при температуре тела происходит полное расплавление основы препарата с освобождением действующего вещества. Оно должно образовать пленку, покрывающую маточный зев. Для этого после введения капсулы или крема женщина не должна более под-

Рис. 63. Менструальный календарь по Шредеру. Ширина заштрихованных участков указывает на интенсивность кровотечения. Менструальный цикл протекает равномерно.

Рис. 63. Менструальный календарь по Шредеру. Ширина заштрихованных участков указывает на интенсивность кровотечения. Менструальный цикл протекает равномерно.

Январь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Ноябрь	Декабрь
	В 26	В 23	В 22	В 19	В 17	В 14	В 12	В 9	В 6	В 4	В 1	В 29	В 27
1937	П 27	П 24	П 23	П 20	П 18	П 15	П 13	П 10	П 7	П 5	П 2	П 30	П 28
	В 28	В 25	В 24	В 21	В 19	В 16	В 14	В 11	В 8	В 6	В 3	В 1	В 29
С 1	С 29	С 26	С 25	С 22	С 20	С 17	С 15	С 12	С 9	С 7	С 4	С 2	С 30
Ч 2	Ч 30	Ч 27	Ч 26	Ч 23	Ч 21	Ч 18	Ч 16	Ч 13	Ч 10	Ч 8	Ч 5	Ч 3	Ч 31
П 3	П 31	П 28	П 27	П 24	П 22	П 19	П 17	П 14	П 11	П 9	П 6	П 4	П 1
С 4	С 1	С 29	С 28	С 25	С 23	С 20	С 18	С 15	С 12	С 10	С 7	С 5	С 2
В 5	В 2	В 1	В 29	В 26	В 24	В 21	В 19	В 16	В 13	В 11	В 8	В 6	В 3
П 6	П 3	П 2	П 30	П 27	П 25	П 22	П 20	П 17	П 14	П 12	П 9	П 7	П 4
В 7	В 4	В 3	В 31	В 28	В 26	В 23	В 21	В 18	В 15	В 13	В 10	В [illegible]	В 5
С 8	С 5	С 4	С 1	С 29	С 27	С 24	С 22	С 19	С 16	С 14	С 11	С 9	С 6
Ч 9	Ч 6	Ч 5	Ч 2	Ч 30	Ч 28	Ч 25	Ч 23	Ч 20	Ч 17	Ч 15	Ч 12	Ч 10	Ч 7
П 10	П 7	П 6	П 3	П 1	П 29	П 26	П 24	П 21	П 18	П 16	П 13	П 11	П 8
С 11	С 8	С 7	С 4	С 2	С 30	С 27	С 25	С 22	С 19	С 17	С 14	С 12	С 9
В 12	В 9	В 8	В 5	В 3	В 31	В 28	В 26	В 23	В 20	В 18	В 15	В 13	В 10
П 13	П 10	П 9	П 6	П 4	П 1	П 29	П 27	П 24	П 21	П 19	П 16	П 14	П 11
В 14	В 11	В 10	В 7	В 5	В 2	В 30	В 28	В 25	В 22	В 20	В 17	В 15	В 12
С 15	С 12	С 11	С 8	С 6	С 3	С 1	С 29	С 26	С 23	С 21	С 18	С 16	С 13
Ч 16	Ч 13	Ч 12	Ч 9	Ч 7	Ч 4	Ч 2	Ч 30	Ч 27	Ч 24	Ч 22	Ч 19	Ч 17	Ч 14
П 17	П 14	П 13	П 10	П 8	П 5	П 3	П 31	П 28	П 25	П 23	П 20	П 18	П 15
С 18	С 15	С 14	С 11	С 9	С 6	С 4	С 1	С 29	С 26	С 24	С 21	С 19	С 16
В 19	В 16	В 15	В 12	В 10	В 7	В 5	В 2	В 30	В 27	В 25	В 22	В 20	В 17
П 20	П 17	П 16	П 13	П 11	П 8	П 6	П 3	П 31	П 28	П 26	П 23	П 21	П 18
В 21	В 18	В 17	В 14	В 12	В 9	В 7	В 4	В 1	В 29	В 27	В 24	В 22	В 19
С 22	С 19	С 18	С 15	С 13	С 10	С 8	С 5	С 2	С 30	С 28	С 25	С 23	С 20
Ч 23	Ч 20	Ч 19	Ч 16	Ч 14	Ч 11	Ч 9	Ч 6	Ч 3	Ч 1	Ч 29	Ч 26	Ч 24	Ч 21
П 24	П 21	П 20	П 17	П 15	П 12	П 10	П 7	П 4	П 2	П 30	П 27	П 25	П 22
С 25	С 22	С 21	С 18	С 1	С 13	С 11	С 8	С 5	С 3	С 31	С 28	С 26	С 23
Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь 1938

Рис. 64. Обычный календарь, используемый в качестве менструального календаря. Менструальный цикл протекает равномерно.

Число	Январь 1947	Февраль 1947	Март 1947	Апрель 1947	Май 1947	Июнь 1947	Июль 1947	Август 1947	Сентябрь 1947	Октябрь 1947	Ноябрь 1947	Декабрь 1947	Январь 1948	Февраль 1948
1	С	С	С	В	Ч	В	В	П	П	С	С	П	Ч	В
2	Ч	В	В	С	П	П	С	С	В	Ч	В	В	П	П
3	П	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С	П	П	С	С	В
4	С	В	В	П	В	С	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С
5	В	С	С	С	П	Ч	С	В	П	В	С	П	П	Ч
6	П	Ч	Ч	В	В	П	В	С	С	П	Ч	С	В	П
7	В	П	П	П	С	С	П	Ч	В	В	П	В	С	С
8	С	С	С	В	Ч	В	В	П	П	С	С	П	Ч	В
9	Ч	В	В	С	П	П	С	С	В	Ч	В	В	П	П
10	П	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С	П	П	С	С	В
11	С	В	В	П	В	С	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С
12	В	С	С	С	П	Ч	С	В	П	В	С	П	П	Ч
13	П	Ч	Ч	В	В	П	В	С	С	П	Ч	С	В	П
14	В	П	П	П	С	С	П	Ч	В	В	П	В	С	С
15	С	С	С	В	Ч	В	В	П	П	С	С	П	Ч	В
16	Ч	В	В	С	П	П	С	С	В	Ч	В	В	П	П
17	П	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С	П	П	С	С	В
18	С	В	В	П	В	С	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С
19	В	С	С	С	П	Ч	С	В	П	В	С	П	П	Ч
20	П	Ч	Ч	В	В	П	В	С	С	П	Ч	С	В	П
21	В	П	П	П	С	С	П	Ч	В	В	П	В	С	С
22	С	С	С	В	Ч	В	В	П	П	С	С	П	Ч	В
23	Ч	В	В	С	П	П	С	С	В	Ч	В	В	П	П
24	П	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С	П	П	С	С	В
25	С	В	В	П	В	С	П	П	Ч	С	В	Ч	В	С
26	В	С	С	С	П	Ч	С	В	П	В	С	П	П	Ч
27	П	Ч	Ч	В	В	П	В	С	С	П	Ч	С	В	П
28	В	П	П	П	С	С	П	Ч	В	В	П	В	С	С
29	С		С	В	Ч	В	В	П	П	С	С	П	Ч	В
30	Ч		В	С	П	П	С	С	В	Ч	В	В	П	
31	П		П		С		Ч	В		П		С	С	

1947																								1948			
Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		Январь		Февраль	
С	1	С	1	С	1	В	1	Ч	1	В	1	В	1	П	1	П	1	С	1	С	1	П	1	Ч	1	В	1
Ч	2	В	2	В	2	С	2	П	2	П	2	С	2	С	2	В	2	Ч	2	В	2	В	2	П	2	П	2
П	3	П	3	П	3	Ч	3	С	3	В	3	Ч	3	В	3	С	3	П	3	П	3	С	3	С	3	В	3
С	4	В	4	В	4	П	4	В	4	С	4	П	4	П	4	Ч	4	С	4	В	4	Ч	4	В	4	С	4
В	5	С	5	С	5	С	5	П	5	Ч	5	С	5	В	5	П	5	В	5	С	5	П	5	П	5	Ч	5
П	6	Ч	6	Ч	6	В	6	В	6	П	6	В	6	С	6	С	6	П	6	Ч	6	С	6	В	6	П	6
В	7	П	7	П	7	П	7	С	7	С	7	П	7	Ч	7	В	7	В	7	П	7	В	7	С	7	С	7
С	8	С	8	С	8	В	8	Ч	8	В	8	В	8	П	8	П	8	С	8	С	8	П	8	Ч	8	В	8
Ч	9	В	9	В	9	С	9	П	9	П	9	С	9	С	9	В	9	Ч	9	В	9	В	9	П	9	П	9
П	10	П	10	П	10	Ч	10	С	10	В	10	Ч	10	В	10	С	10	П	10	П	10	С	10	С	10	В	10
С	11	В	11	В	11	П	11	В	11	С	11	П	11	П	11	Ч	11	С	11	В	11	Ч	11	В	11	С	11
В	12	С	12	С	12	С	12	П	12	Ч	12	С	12	В	12	П	12	В	12	С	12	П	12	П	12	Ч	12
П	13	Ч	13	Ч	13	В	13	В	13	П	13	В	13	С	13	С	13	П	13	Ч	13	С	13	В	13	П	13
В	14	П	14	П	14	П	14	С	14	С	14	П	14	Ч	14	В	14	В	14	П	14	В	14	С	14	С	14
С	15	С	15	С	15	В	15	Ч	15	В	15	В	15	П	15	П	15	С	15	С	15	П	15	Ч	15	В	15
Ч	16	В	16	В	16	С	16	П	16	П	16	С	16	С	16	В	16	Ч	16	В	16	В	16	П	16	П	16
П	17	П	17	П	17	Ч	17	С	17	В	17	Ч	17	В	17	С	17	П	17	П	17	С	17	С	17	В	17
С	18	В	18	В	18	П	18	В	18	С	18	П	18	П	18	Ч	18	С	18	В	18	Ч	18	В	18	С	18
В	19	С	19	С	19	С	19	П	19	Ч	19	С	19	В	19	П	19	В	19	С	19	П	19	П	19	Ч	19
П	20	Ч	20	Ч	20	В	20	В	20	П	20	В	20	С	20	С	20	П	20	Ч	20	С	20	В	20	П	20
В	21	П	21	П	21	П	21	С	21	С	21	П	21	Ч	21	В	21	В	21	П	21	В	21	С	21	С	21
С	22	С	22	С	22	В	22	Ч	22	В	22	В	22	П	22	П	22	С	22	С	22	П	22	Ч	22	В	22
Ч	23	В	23	В	23	С	23	П	23	П	23	С	23	С	23	В	23	Ч	23	В	23	В	23	П	23	П	23
П	24	П	24	П	24	Ч	24	С	24	В	24	Ч	24	В	24	С	24	П	24	П	24	С	24	С	24	В	24
С	25	В	25	В	25	П	25	В	25	С	25	П	25	П	25	Ч	25	С	25	В	25	Ч	25	В	25	С	25
В	26	С	26	С	26	С	26	П	26	Ч	26	С	26	В	26	П	26	В	26	С	26	П	26	П	26	Ч	26
П	27	Ч	27	Ч	27	В	27	В	27	П	27	В	27	С	27	С	27	П	27	Ч	27	С	27	В	27	П	27
В	28	П	28	П	28	П	28	С	28	С	28	П	28	Ч	28	В	28	В	28	П	28	В	28	С	28	С	28
С	29			С	29	В	29	Ч	29	В	29	В	29	П	29	П	29	С	29	С	29	П	29	Ч	29	В	29
Ч	30			В	30	С	30	П	30	П	30	С	30	С	30	В	30	Ч	30	В	30	В	30	П	30		
П	31			П	31			С	31			Ч	31	В	31			П	31			С	31	С	31		

Рис. 64. Обычный календарь, используемый в качестве менструального календаря. Менструальный цикл протекает равномерно.

Рис. 65—68. Вкладывание губочки или таблетки.

Рис. 65. Губочка перед зевом матки (правильное положение).

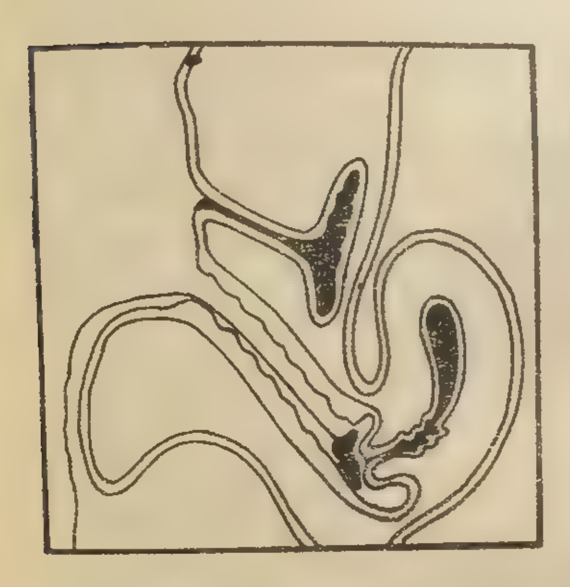


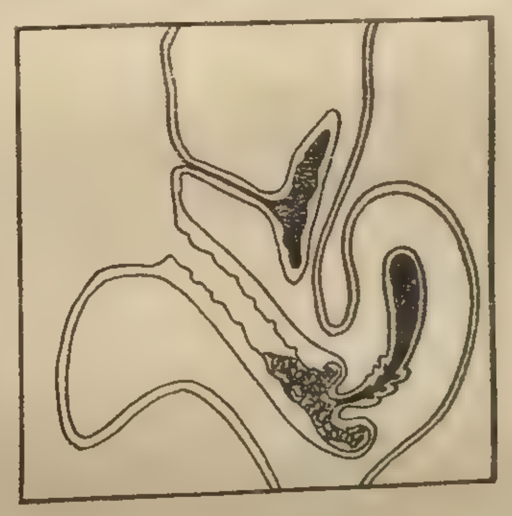
Рис.66 Таблетка посредине влагалища (неправильное положение).



Рис. 67. Таблетка перед зевом матки (правильное положение).



Рис. 68. Образование закупоривающей пены.



ниматься с постели, иначе расплавленная основа вместе с действующим веществом будет вытекать из влагалища. Ясно, что эти обязательные условия в то же время ограничивают применение перечисленных средств. При невыполнении же указанных предписаний следует считаться с возможностью неэффективности этих средств.

К тому же все химические вещества обладают двояким действием: они парализуют и убивают не только семенные клетки или сперматозоиды, но также и необходимые нормальные бактерии слизистой оболочки влагалища.

В настоящее время появились новейшие противозачаточные средства, представляющие собой эмульсии из безвредного вещества — силиконов, которые образуют защитную пленку по всей поверхности влагалища, включая и ту часть матки с зевом, которая выдается во влагалище. Этот метод находится еще в стадии экспериментального изучения, точные сведения о нем еще не получены. При применении химических средств в течение многих лет можно наверняка ожидать развития во влагалище катаральных явлений. Совершенно недопустимо использование различных народных советов, как, например, особое положение женщины, при котором якобы семя быстро выводится из влагалища или же скапливается в таком месте, откуда сперматозоиды не могут так быстро и легко проникнуть в зев матки. Подобные методы хотя и уменьшают вероятность зачатия, однако никоим образом не оказывают надежного противозачаточного эффекта.

Дни бесплодия (дни, когда зачатие невозможно)

Метод Огино—Кнауса, к сожалению, также является ненадежным для большинства людей. Оба ученых, Огино и Кнаус, указывают, что с большой долей вероятности женщины способны к зачатию лишь в течение немногих дней менструального цикла. Этот период длится от 10-го до 16-го дня, исчисляя от первого дня менструального кровотечения. Это наблюдение постольку правильно, поскольку, действительно, большинство детей зачато в течение указанного периода.

Вначале гинекологи использовали метод Огино—Кнауса в случаях, когда родители хотели иметь ребенка. В этом случае супружеская пара рассчитывала дни, когда возможно оплодотворение созревшего яйца (дни возможного зачатия), и преимущественно использовали их для супружеских сношений (см. также стр. 143—146).

Если же требуется ограничить число детей, то в эти дни повышенной возможности зачатия следует избегать половых сношений. Метод Огино—Кнауса, то есть использование

для супружеских отношений только так называемых дней бесплодия, требует, чтобы оба супруга хорошо знали эти дни и строго выполняли указанное предписание. Для этого необходимо тщательно записывать даты цикла в течение года. Лишь немногие женщины точно знают даты своего цикла. Длительность его колеблется от 25 до 35 дней, составляя чаще всего 27, 28 или 29 дней. Только после того как будут получены данные об индивидуальном цикле, о личном менструальном периоде женщины, могут быть вычислены дни возможного зачатия и дни бесплодия. Ввиду того что в жизни точных границ не бывает, нельзя определять начало и конец дней бесплодия с часами в руке. Между периодами возможного зачатия и бесплодия надо в каждом случае присчитывать день для верности. Супружеские пары, которые тщательно выполняют эти предосторожности, сообщают, что у них не было поводов для разочарования.

Более надежно устанавливать время разрыва фолликула с помощью термометра. В день разрыва фолликула или через 24—48 часов после него у женщин происходит подъем температуры тела на 0,5—0,7° С. У одних женщин этот подъем температуры происходит внезапно, у других постепенно. Температура остается на повышенном уровне до следующей менструации. После нее температура вновь снижается до исходного уровня, то есть на 0,5—0,7° С. У женщины с базальной температурой 36,2° С вскоре после разрыва фолликула температура тела повышается до 36,9° С. Для того чтобы установить указанный подъем температуры, ее надо измерять утром, непосредственно после пробуждения, еще находясь в постели; делать это нужно очень точно. Измерение в подмышечной впадине дает неточные результаты.

Определение времени разрыва фолликула путем измерения температуры тела надо производить разумно. У лиц, страдающих острым или хроническим заболеванием, во время лихорадочного периода, конечно, нельзя установить момент разрыва фолликула с помощью термометра. Кроме того, есть много других причин для кратковременного подъема температуры, например сильное мышечное напряжение, внезапное изменение питания и другие. У чувствительных женщин возбуждение также может вызвать кратковременное изменение температуры тела. При базальной температуре 36,2° С дни бесплодия рассчитываются с помощью термометра следующим образом: после того, как в течение двух последо-

Рис. 69. Дни возможности зачатия (плодовитые) и бесплодные дни у одной женщины. М — дни менструации; закрашенный черный столбик означает день, в который в высшей степени вероятен разрыв фолликула (по Дерингу).

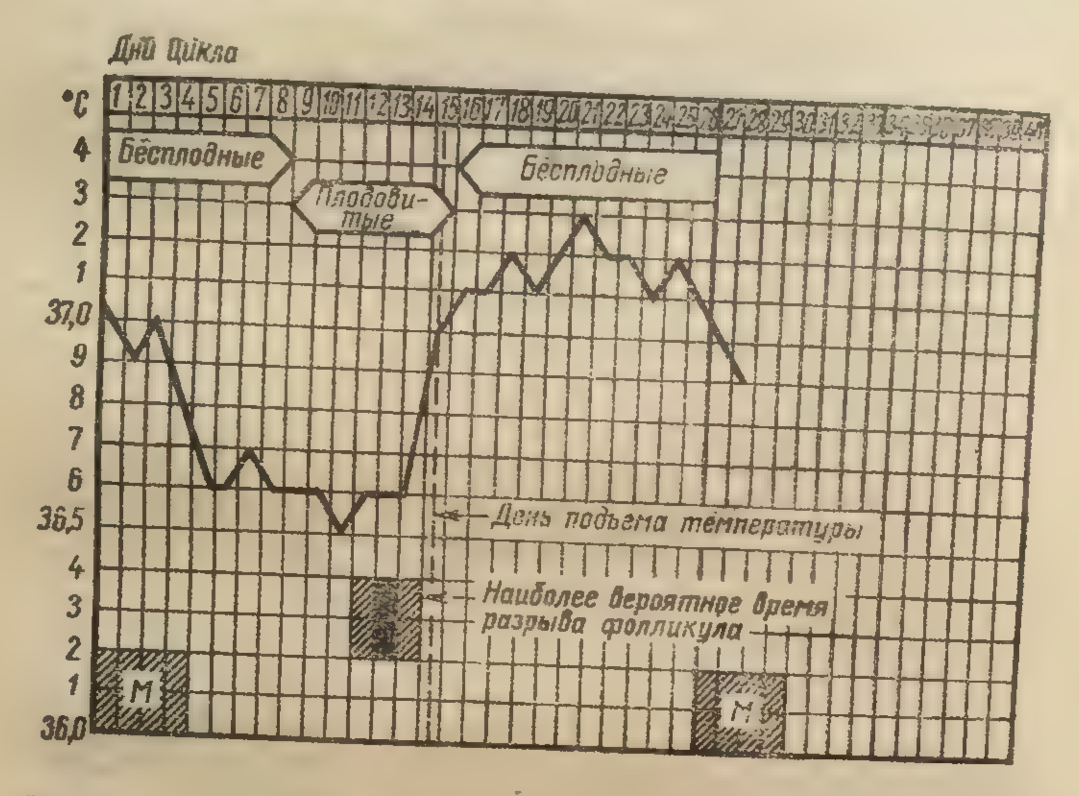
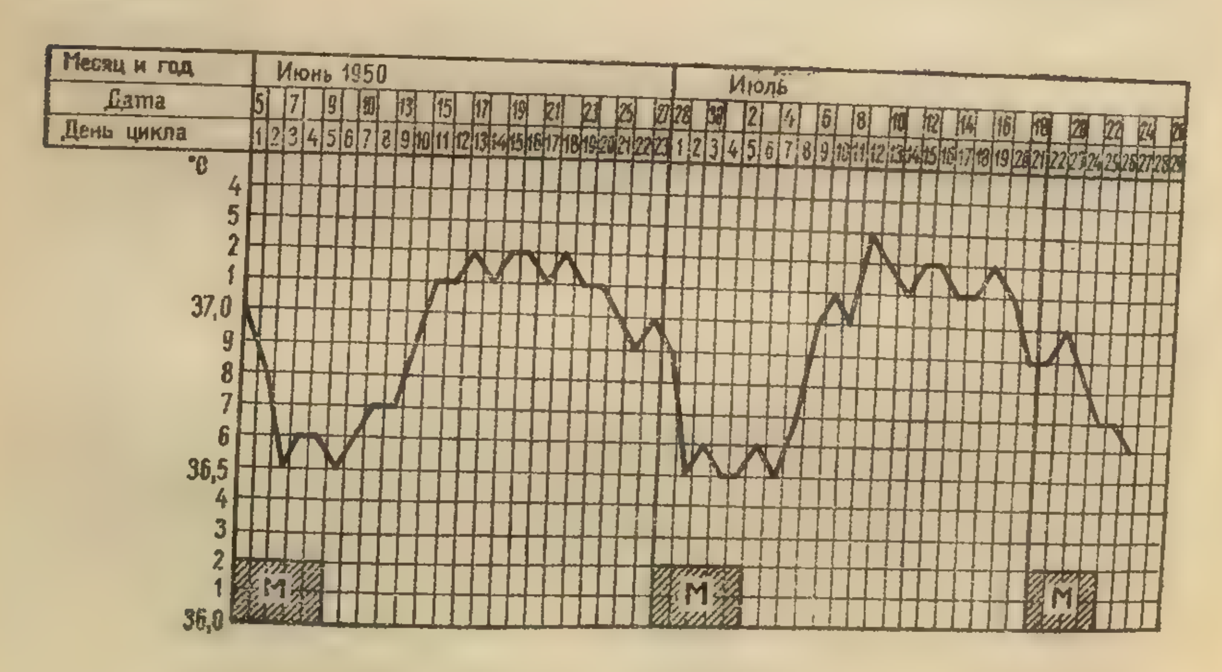


Рис. 70. При неравномерной периодичности менструального цикла на основании данных измерения температуры тела также можно правильно определить день разрыва фолликула. Расчет с помощью календаря в этом случае невозможен.



вательных дней термометр дважды покажет более 36,9° С, зачатия уже не произойдет, так как яйцо уже не способно к оплодотворению. После менструации в первые дни женщина еще бесплодна. Строго говоря, способность к зачатию возникает за 3—4 дня до разрыва фолликула, так как в течение этого времени семя сохраняет оплодотворяющую способность. Период возможного зачатия длится после этого 6 или 7 дней.

Однако, как уже указывалось, произведенный заранее расчет времени разрыва фолликула никогда не бывает совершенно точным. Ввиду этого при определении времени разрыва фолликула с помощью термометра период возможного зачатия рекомендуется удлинять до 9—10 дней. Если хотят иметь ребенка, то половые сношения приурочивают к дням возможного зачатия; если же желательно предупредить беременность, то в указанный период половых сношений следует избегать.

Метод Огино—Кнауса можно рекомендовать лишь очень пунктуальным людям. При его использовании следует замечать и учитывать каждое внешнее воздействие, способное изменить менструальный цикл. Необходимо отметить, что ни одна функция в организме не обладает такой чувствительностью к воздействию внешних влияний (например, радости, страха, перемены места или метеорологических колебаний), как менструальный цикл женщины. Если женщина уезжает летом в отпуск или же начинает заниматься зимним спортом, она должна прежде всего проверить, не изменился ли ее цикл. Женщинам хорошо известно, что очень часто менструация не наступает при переездах. Нередко при лихорадке подготовительные процессы, в результате которых возникает кровотечение, протекают преждевременно. В этом случае метод Огино—Кнауса неприменим, так как теперь женщина уже не знает точно времени разрыва у нее граафова пузырька, продвижения способного к оплодотворению яйца в яйцевод. Если на время отпуска нежелателен полный отказ от половых сношений, необходимо применение других противозачаточных средств, иначе через 9 месяцев появится ребенок, «отпускное дитя».

Как же следует расценивать все эти методы? Необходима индивидуальная оценка противозачаточных методов. Ведь люди отличаются друг от друга не только телосложением, но и темпераментом. Одни пары с успехом применяют песса-

рии, другие обходятся с помощью кондома, третьи пользуются методом Огино—Кнауса. Некоторым парам целесообразно рекомендовать попеременное применение нескольких методов. Однако подбор подходящего противозачаточного метода для каждой пары не может входить в задачу какой-либо книги, для этой цели супружеская пара должна обратиться за консультацией к опытному врачу.

С научной точки зрения, наблюдения Огино—Кнауса представляют большой интерес, и в общем они подтверждаются. Если удается установить с помощью термометра время разрыва фолликула, надежность этого метода возрастает.

Еще более точным должно быть определение времени разрыва фолликула с помощью цветной реакции, которую может выполнять сама женщина. Для этого в предполагаемые сроки ей необходимо исследовать свою мочу с помощью соответствующего реактива. Это неплохая мысль. При этом методе устраняются такие источники ошибок при температурном методе, как ангина, насморк и т. д. Пока еще нет достаточного опыта в использовании этого метода. Следует отметить, что применение реактива дает возможность лишь установить время разрыва фолликула. Помимо этого, необходима еще дисциплина со стороны супругов, чего метод Огино—Кнауса требует в любом случае. Однако любовные отношения человека имеют и иную, крайне важную, а именно духовную сторону. Можно ли предъявлять к супружеской паре требование постоянно жить по календарю? Не будут ли тем самым любовные отношения в браке лишены жизнерадостности и беспечности? Это в каждом случае должно решаться самой супружеской парой. Одним метод Огино—Кнауса и его улучшенная модификация с применением измерения температуры вполне подходит, другим нет.

Следует особо подчеркнуть слова «супружеская пара». Цель не будет достигнута, если за консультацией к врачу обращается только один из двух. Прежде чем врач сможет дать правильный совет, он должен обследовать обоих супругов, выявить характер их личности и темперамента, условия жизни, а также свойственные им анатомические и физиологические особенности [1].

---

[1] Для врачей, особенно для консультантов по вопросам брака и половому вопросу, рекомендуется руководство: H. Genesius, Empfängnisverhütung, 2, unv. Aufl. 1959.

Оральные методы

Совершенно новыми являются методы предупреждения беременности, при которых принимают внутрь средства, приостанавливающие созревание яйца. Название «оральный» происходит от латинского слова oralis — ротовой; если какое-либо средство принимают через рот или внутрь, метод введения этого вещества называют оральным.

При оральном методе предупреждения беременности внутрь вводят вещества, имеющие сходство с гормонами; эти вещества, подобно гормонам придатка мозга, способствуют или же угнетают созревание яйца. Возникающее при этом состояние отдаленно напоминает искусственную беременность без ребенка. Однако при этом, в противоположность истинной беременности, менструальный цикл не прерывается, иначе говоря — женщина продолжает менструировать.

С указанной целью были испробованы различные химические вещества; начали с применения гормона желтого тела, затем добавили вещества, сходные с гормоном придатка мозга. Вопрос о применении этих веществ находится в процессе обсуждения. С одной стороны, выступают горячие поборники этого метода, считающие этот новый метод вполне надежным и совершенно безопасным, с другой стороны, находятся его противники, которые, прежде чем его рекомендовать, хотели бы сначала дождаться, пока накопится достаточный опыт его использования. Старые врачи принадлежат к числу предусмотрительных. Сколько новых медикаментов получало вначале восторженные отзывы, а затем было отвергнуто из-за побочного вредного действия!

Беременность без ребенка — что значит это для женщины? Не оказывает ли это значительного действия на обмен веществ? Менструальный цикл без овуляции, не смахивает ли это на попытку копаться отверткой в часовом механизме?

И тем не менее, может быть, в применении оральных противозачаточных средств и кроется возможность для 18—24-летних беспрепятственно закончить профессиональное образование без дополнительной нагрузки, возникающей в случае преждевременного появления ребенка.

10 БЕСПЛОДНЫЕ БРАКИ

Если при добрачных и внебрачных половых отношениях главной заботой очень часто является предупреждение беременности, во многих браках, наоборот, несчастье заключается в отсутствии детей: родители ищут возможности иметь ребенка.

Бесплодие, истинное или кажущееся, длительное или преходящее, приводит к врачу тысячи женщин. Прежде всего необходимо подчеркнуть: никоим образом не следует думать, что при бесплодии к врачу должна обращаться только женщина, в этом случае необходимо обследовать обоих супругов. Ибо в зачатии человеческого детеныша участвуют два человека, и, если зачатия не происходит, причина может крыться в любом из этих участников.

Рассмотрим вначале факторы, которые могут быть причиной бесплодия у мужчин. Если в семенной жидкости не содержится живых сперматозоидов (семенных нитей), оплодотворения яйца не происходит. В последнее время высказывалось мнение, что оплодотворение невозможно и при слишком малом содержании сперматозоидов в семенной жидкости. Хотя в яйцо проникает только один сперматозоид, тысячи других прокладывают ему путь, они образуют гиалуронидазу, которая растворяет защитные оболочки яйца. Ввиду этого в случае бесплодия каждый добросовестный врач прежде всего подвергает исследованию семенную жидкость мужчины с целью определить, достаточно ли в ней здоровых, жизнеспособных сперматозоидов. Далее следует выяснить возможность устранения обнаруженного недостатка. В некоторых случаях образование семенных клеток совсем не происходит. Против этого мы практически бессильны. В других случаях возможна помощь путем назначения диеты, облучения, гормональных препаратов и т. д.

Нередко сперматозоиды образуются в достаточном количестве, но они не могут найти выхода ввиду непроходимости семявыносящего протока. Наиболее частой причиной этого является гоноррея. Гоноррейный воспалительный процесс приводит к образованию спаек и рубцов в семявыносящем протоке. Если образование спаек и рубцов распространяется на оба придатка яичка и оба семявыносящих протока, мужчина становится бесплодным.

В описанных выше случаях у мужчины сохранена способность к половому акту, однако из-за различных отклонений со стороны сперматозоидов оплодотворения яйца не происходит. Эту форму бесплодия называют impotentia generandi, то есть импотенция в результате неспособности к оплодотворению. В других случаях семенная жидкость содержит достаточное количество жизнеспособных сперматозоидов, но мужчина не способен к половому акту. Эта форма бесплодия называется impotentia coëundi. В большинстве случаев в основе ее лежат расстройства со стороны психики. У одних мужчин невозможность полового акта обусловлена отсутствием или недостаточной степенью уплотнения полового члена, у других происходит преждевременное выделение семенной жидкости, ввиду чего она не может достигнуть места своего назначения. Эти состояния, обусловленные нервно-психическими расстройствами, излечимы. При этом не следует полагаться на многочисленные рекламируемые медикаменты и лечебные средства. Нельзя также думать, что зло может быть устранено несколькими инъекциями или таблетками, необходимо с полным доверием и терпением отдать себя в руки опытного врача.

Бесплодие может зависеть также от различных нарушений со стороны половых органов женщины. Во-первых, причиной могут быть изменения в яичниках, в результате которых в них вообще не происходит образования яйца или образующееся яйцо нежизнеспособно. Ввиду того что созревание яйца и разрыв фолликула теснейшим образом связаны со слизистой оболочкой матки, нарушения этих процессов проявляются в изменениях со стороны месячных кровотечений. В большинстве случаев у таких женщин наблюдается полное отсутствие менструаций или же последние скудны и неполноценны.

К следующей категории нарушений (так же, как и у мужчин) относятся изменения со стороны путей следования яйца. Если в яйцеводах в результате воспалительного процесса возникают спайки, яйцо не может достигнуть матки. При полной непроходимости яйцеводов (что опять-таки является результатом гонорреи) сперматозоиды не могут достигнуть яйца, оплодотворение невозможно, женщина остается бесплодной. При сужениях яйцеводов, когда сперматозоиды еще способны проникать сквозь их просвет, а оплодотворенное яйцо застревает, создается большая опасность:

яйцо начинает расти в необычном месте и через несколько недель происходит разрыв яйцевода. В результате возникает опасное для жизни кровотечение, которое можно прекратить только немедленным хирургическим вмешательством.

Далее, зачатие может затрудняться при неправильном положении матки. Особенно затруднено зачатие при смещении матки назад. В этом случае зев матки упирается в переднюю стенку влагалища, благодаря чему доступ семенной жидкости в матку чаще всего прерывается.

Помимо механических препятствий, затрудняющих зачатие, могут возникать и биологические. Катар внутренней оболочки матки и влагалища может нарушать процесс зачатия вследствие того, что создает условия, при которых продвижение сперматозоидов до яйцеводов становится невозможным. Большая часть этих состояний излечима.

В распоряжении гинекологов имеется множество средств для восстановления детородной функции женщины, от гормональных препаратов до продувания яйцеводов и оперативного вмешательства, поэтому, если женщина серьезно хочет получить помощь, она всегда может ее получить.

Так же, как и у мужчин, у женщин могут возникать препятствия к зачатию на почве нервных расстройств и нарушений психики. Зев матки может судорожно сжиматься, женщина всем своим существом может противиться зачатию. Особенно трагичны случаи, когда она, несмотря на пламенное желание иметь ребенка, бессознательно противодействует этому желанию благодаря странному расстройству психики. В подобных случаях помощь может оказать не гинеколог, а психиатр.

11 ПЛОДОВИТОСТЬ В БРАЧНОЙ ЖИЗНИ

Дети — вершина здорового брака. Мы ведем речь о счастье в браке, а не об экономических или государственных политических проблемах. Однако этот вопрос может получить оценку и с точки зрения экономики и государственной политики.

Государство заинтересовано и в обеспечении рабочей силой и в обороне государства. С точки зрения экономики необходимо позаботиться о пенсии для стариков. Кто же иной может заработать средства на пенсию для стариков,

как не последующее работоспособное поколение? Кто не взрастил в свое время детей, в старости должен кормиться за счет других. Некоторым супружеским парам, которые уклонились от работы, хлопот и забот, связанных с воспитанием детей, для которых важнее было заниматься лыжным спортом, путешествовать, наслаждаться искусством и которые при этом считают себя необычайно разумными, следовало бы подумать, что в старости они превратятся в нищих и будут существовать за чужой счет. Даже если эта бесплодная пара (имеется в виду, что оба супруга вполне здоровы и способны к деторождению) будет иметь сбережения, она все-таки должна подумать над тем, что это ведь не принесет счастья. Такая пара в старости будет без потомства очень одинокой.

Тот, кто не воспитал собственных детей, не знает, что такое семейное счастье. Утверждая это, мы находимся в положении человека, различающего цвета, в отношении к человеку, страдающему цветовой слепотой. Можно столь красочно описывать трепетание света, падающего на дорожку сквозь светло-зеленую крону липы, однако же человек, страдающий дальтонизмом, увидит лишь оттенки серого. То же относится и к горю и радостям, связанным с наличием ребенка. Как и все в истории, супружеская жизнь неповторима, брак есть отрезок истории каждого человека. Нельзя сначала «наслаждаться» жизнью, а потом заводить детей; следует своевременно принять решение о плодотворной жизни. Как часто пятидесятилетние люди бросают тоскующие взгляды на каждую детскую площадку. Это не должно восприниматься как пропаганда отцовства и материнства, это только утверждение истинного положения вещей.

Мы уже кратко останавливались на вопросе, сколько детей желательно иметь в здоровом браке. При этом в широких границах мы установили от 3 до 6 детей в семье. На каком же основании мы предлагаем эти цифры?

Если каждая семья будет иметь двух детей, то человечество или население данной страны будет постепенно уменьшаться, так как не все дети достигают производительного возраста и, кроме того, не все из достигших этого возраста способны к продолжению рода. Для возмещения потерь, которые могут иметь место среди нового поколения в период со дня рождения до достижения 30-летнего возраста, каждая здоровая семья должна дать жизнь примерно трем детям.

При этом население страны будет оставаться приблизительно на одном и том же уровне. Это утверждение, безусловно, нуждается в некоторых комментариях. Приведенные примерные цифры предполагаются при уровне детской смертности, не превышающей 4—5%. В странах, где смертность грудных детей составляет 10 или даже 20%, троих детей в семье недостаточно для поддержания устойчивого уровня населения, в этих случаях в семье должно быть 4—5 детей. Если при этом детям уже в первые годы жизни угрожают инфекционные заболевания, число детей в семье должно быть еще выше. Таким образом, народы с относительно высокой рождаемостью и с низким гигиеническим уровнем не увеличиваются в численности, несмотря на повышенную рождаемость.

В ГДР общая смертность низкая. Смертность грудных детей составляет лишь около 3%. Она будет снижаться примерно до 2%. Ввиду этого для поддержания численности населения достаточно, чтобы в каждой семье было по 3 ребенка. Если же в каждой здоровой семье будет по 4 ребенка, численность населения будет медленно возрастать.

Против роста численности человечества поднимаются тревожные голоса. Первый, кто предостерегал против так называемой опасности перенаселения, был английский священник Мальтус.

Его книга, появившаяся в 1798 году, называется «Опыт о законе народонаселения или изложение прошедшего и настоящего действия этого закона на благоденствие человеческого рода, с приложением нескольких исследований о надежде на отстранение или смягчение причиняемого им зла». В этом сочинении Мальтуса говорится о счастье и прогрессе. Его исследование начинается следующими словами: «Человеку, который хотел бы узнать, каково будет развитие общества в будущем, естественно, предстоит исследовать два вопроса:

1) какие причины останавливали до сих пор успехи человека или развитие его благосостояния?

2) как велика вероятность отстранить, вполне или отчасти, причины, задерживавшие наше развитие?»

Уже первая глава этого сочинения содержит два ложных положения. Мальтус предполагает, что количество предметов потребления, необходимых человеку, то есть продуктов питания, одежды и т. д., может увеличиваться лишь в ариф-

метической прогрессии, тогда как увеличение численности населения происходит в геометрической прогрессии.

Оба эти предположения с самого начала ложны, и их ложность выявлялась в течение последних 150 лет. Хотя Мальтус изучал препятствия, стоящие на пути предполагаемого им увеличения количества предметов потребления в целом и по отдельным странам, однако же при этом он рассматривал человечество не иначе, как стадо животных. Фридрих Энгельс возразил ему остроумным замечанием: «Ястребы и люди поедают кур; однако там, где изобилуют ястребы, кур мало, там же, где много людей, много и кур». Этим замечанием Энгельс очень метко показал разницу между животными и людьми. Люди труда сами создают себе пищу, тогда как животные могут только охотиться или отыскивать уже имеющуюся в природе пищу. Меры, которые Мальтус предлагает человеческому обществу, выглядят так: он хочет, чтобы с помощью добродетели, целомудрия и здравого рассудка злу бесplanового размножения был положен конец. Заключительное положение его сочинения гласит: «Мы не должны, правда, обольщать себя надеждой, что счастье и добродетель пойдут такими же быстрыми шагами, как те науки, успехи которых следуют непрерывно и составляют гордость нашего времени. Но если мы не отклонимся от пути истины, то можем быть вполне уверены, что успехи этих наук прольют свой свет и окажут содействие тому улучшению, которое составляет предмет наших желаний». Фридрих Энгельс энергично опровергал учение Мальтуса. Он пишет: «Наконец-то здесь выступает перед нами безнравственность экономиста в ее высшей форме[1]». Работа Мальтуса, писал Энгельс, служила силам реакции, препятствовала распространению в Англии влияний Французской революции.

Теория Мальтуса стала излюбленной теорией всех истых английских буржуа. Маркс и Энгельс отзывались о Мальтусе с глубоким презрением, называли его плагиатором и человеконенавистником. Мальтус не только призывал к добродетели, но и требовал ограничения пособия для бедных, считал, что эпидемии и войны являются благодетельным регулятором численности населения. В своей книге он цитирует слова одного поэта: бедняк приходит на праздничный пир природы и не находит для себя свободного при-

[1] К. Маркс и Ф. Энгельс, Соч., т. 2, стр. 565.

бора, и природа, добавляет Мальтус уже от себя, предлагает ему убираться вон, «ибо, прежде чем родиться, он не спросил у общества, желает ли оно его принять».

Ввиду сказанного вовсе не случайно, что на последней ступени капитализма, при империализме, учение Мальтуса возродилось в неомальтузианстве.

Неомальтузианец сожалеет, что с помощью гигиенических мероприятий удалось снизить смертность, особенно среди детей. Он восхваляет войны как средство, способствующее счастью и прогрессу людей.

В одном Мальтус оказался прав: с тех пор как появилась на свет его книга, человечество сильно умножилось, разумеется не в геометрической прогрессии.

Главное же заключается в том, что источники питания человека увеличиваются ничуть не медленнее, чем численность людей, или даже быстрее ее. При современном состоянии сельского хозяйства земля без труда может прокормить 13,5 миллиарда человек. В действительности же на земле проживает в настоящее время только 3 миллиарда. Даже если прирост населения будет происходить теми же темпами, в 2025 году численность населения на земном шаре достигнет только 5 миллиардов. Однако не следует ожидать сохранения этого показателя прироста населения, так как среди народов Азии благодаря повышению гигиенического уровня жизни быстро снижается общая смертность и смертность грудных детей. Кроме того, в этих районах стали проявлять больше заботы о воспитании детей и уровень рождаемости в последние годы снижается, как это наблюдается повсеместно во всем мире.

Мальтузианство, которое называют «учением» и которое все несчастья относит за счет «перенаселения земли», является лжеучением. Наша, человеческая, пища — не свободно произрастающий продукт природы, мы добываем свою пищу, одежду и т. д. трудом. При этом производительность труда человечества изо дня в день растет как в сельском хозяйстве, так и в промышленности.

Мы имеем убедительные исторические примеры, подтверждающие тот факт, что благосостояние страны определяется не плотностью населения, а производительностью труда. Отрицательными примерами могут служить такие районы, как Иран и Ирак, где на душу населения приходится много земли и тем не менее в домах царит голод, так как произво-

дительность труда в настоящее время стоит на низком уровне. И вместе с тем в этих областях жили когда-то в достатке сотни миллионов людей. Они орошали землю и выращивали обилие плодов земных. В XIII и XIV столетиях население этих мест было искоренено (Чингисхан, Тимур). Были разрушены оросительные сооружения, и плодородие иссякло. В этой стране снова могли бы жить сотни миллионов людей, если бы она вновь была обводнена, и эти люди смогли бы жить лучше, чем живет теперешнее население. Положительным примером могут служить Голландия и Дания, где при большой плотности населения сохраняется сравнительно высокий для буржуазных стран уровень благосостояния, который является следствием развитой производительности труда в этих странах.

Крайне важно вновь и вновь демонстрировать эти факты, так как в настоящее время по всему миру объявляются пророки, утверждающие, будто причиной всех несчастий является чрезмерное количество людей, которые хотят есть. Они механически приравнивают людей животным. Мы, люди, сами создаем себе пищу, одежду, жилище. Чем больше рук и голов, тем выше уровень жизни, если только немногие не присваивают себе труд масс.

На основании расчетов мы считаем желательным, чтобы каждая здоровая семья вырастила 3—4 детей; однако можно добавить, что при желании не возбраняется иметь и 5—6 детей. Конечно, понятна большая радость и гордость тех семей, в которых выросло больше детей, чем того требует стандартный расчет. В связи с рассматриваемой проблемой по-иному встает вопрос о равноправии полов.

Именно благодаря биологическим различиям между мужчиной и женщиной необходимо вновь пересмотреть принцип общественного равноправия с учетом численности детей в семье. Женщина достигает полного развития через беременность, роды, послеродовой период, вскармливание ребенка грудью и воспитание его. Все остальное является либо фальсификацией, либо отречением, которое в отдельных случаях часто может быть морально оправдано и необходимо и заслуживает глубокого уважения окружающих.

По этим причинам ни один мужчина, если он любит свою жену, не должен отказывать ей в возможности полного расцвета только на основании своих эгоистических соображений. Ввиду того что при единственном ребенке возникают

большие трудности его воспитания, из педагогических соображений рекомендуется иметь двоих или, лучше, троих детей.

Система семьи с единственным ребенком в большинстве случаев основывается на ложно понимаемом эгоизме. Ложное понимание своей выгоды у таких людей заключается в том, что в действительности и муж и жена, имеющие лишь одного ребенка или совсем бездетные, не только ничего не выигрывают, но очень многого лишаются. Большинство доводов, выдвигаемых в пользу малодетных и бездетных семей, оказываются неубедительными. Необходимо наконец осознать, что женщина может достигнуть своего полного физического, духовного и эмоционального развития только через ребенка; надо подумать и о том, что мужчине тоже чего-то не хватает, если он еще не стал отцом. Тому, кто не взял на себя заботы о семье, остается неведомым целый ряд чувств, поступков, взглядов на жизнь. Женщина, которая действительно любит своего мужа, а не притворяется в своей любви и не думает только о самой себе, также никогда не откажет поэтому своему мужу в желании иметь ребенка. Женщина, действительно любящая своего мужа, захочет видеть продолжение его хороших качеств в своих детях.

Из всех этих рассуждений вытекает, что каждая бездетная семья, если бездетность в ней не имеет веских причин, должна приписать положение, в котором она очутилась, только своей трагической ошибке. Большинство бездетных супружеских пар осознают свою ошибку слишком поздно, тогда, когда детородный период уже закончен. Главной допущенной ими ошибкой является неправильная «оценка ценностей». Один из супругов или оба вместе считали, что наиболее важным в жизни является наслаждение или накопление материальных богатств, которые в действительности являются ценностями второй категории.

В наше время, когда для человека существует такое бесконечное множество путей, такое обилие возможностей, в которых нелегко разобраться, каждый, и стар и млад, должен научиться делать правильный выбор. Мы не можем прочесть все существующие на свете книги, а должны выбрать только те, которые представляют для нас наибольшую ценность. Мы можем встречаться с тысячами людей (этому благоприятствует повсеместная доступность транспорта), но выбираем из них тех, кто наиболее дорог нам.

Для нас доступны сотни развлечений: туризм, спорт, телевидение, наряды, и мы должны выбрать такие, которые наиболее важны для нас. Кто не научится делать правильный выбор, неминуемо будет несчастным.

Поэтому не к убожеству или ложной скромности должны относиться эти слова:

Я знаю мелодию, знаю слова,
Я авторов знаю отлично;
Они тайком тянули вино,
Проповедуя воду публично [1].

Нет, подразумевается не эта скромность; подразумевается «сознание ценности», необходимость развития этого сознания

В своей книге «Вопросы пола» мы не рекомендуем раннего вступления в брак. Теперь необходимо высказаться по поводу поздних браков. Они представляют проблему в не меньшей мере, чем и браки, заключенные слишком рано. Правда, возникающие при этом затруднения не в такой степени касаются медицинской стороны вопроса. Хотя, конечно, женщина не должна рожать своего первого ребенка слишком поздно, поскольку это предъявляет к искусству врача особые требования.

Существуют вопросы гигиены, с которыми приходится сталкиваться и молодым людям, ведущим до 30 лет и более холостяцкий образ жизни в атмосфере неопределенности и неудовлетворенности. Однако значительно важнее психологические и социальные трудности, которые в возрастающей степени возникают перед 30—35-летними. Длительная помолвка обрекает обрученных на многие жертвы, хотя общественное мнение и не требует от них воздержания. Однако, ввиду того что у обоих еще нет общего жилища, они находятся в положении, именуемом ранее «любовной связью». Если же они оба живут вместе и лишь из материальных соображений не регистрируются в загсе, то их отношения будут ни чем иным, как пробным браком. Мы выдвигали ряд обоснованных возражений против этой формы жизненного союза. В возрасте 25—30 лет даже при неблагоприятных внешних обстоятельствах следует не откладывая заключать брак.

[1] Г. Гейне, Германия, Зимняя сказка, избр. произв., Госполитиздат, 1950, стр. 591.

Поздние браки очень часто возникают при других обстоятельствах. Молодой человек или молодая девушка не могут выбрать себе спутника жизни. Что они ищут? Идеал, созданный воображением, выдуманного человека, которого они никогда не найдут. Вовсе не следует думать, что человек, с которым мы хотим связать свою судьбу, соединяет в себе все добродетели; он должен обладать такими качествами, которые бы вселяли в нас уверенность прожить с ним вместе пятьдесят лет. Если молодой человек слишком долго ищет себе жену, то он привыкает, с одной стороны, к одиночеству, с другой — к меняющимся любовным связям. Завязываются все новые отношения. Человек влюбляется и наслаждается этим состоянием нового опьянения. Он поражен и осчастливлен новым предметом своей любви до тех пор, пока... пока он все же не обнаружит в нем недостатки, что неизбежно, раз он их ищет. В этом и заключается причина. Стареющие люди, которые вечно ищут и никогда не находят, уже привыкли искать недостатки. Со временем они испытывают одновременно и грусть и удовлетворение при обнаружении у каждого человека отрицательных качеств. Они испытывают удовлетворение от подтверждения своего убеждения, что для них нет «подходящей» пары; несчастны же они потому, что все глубже погружаются в пессимизм и отчаяние.

12 ГИГИЕНА РАЗМНОЖЕНИЯ

К учению о наследственности человека относится защита зародышевых клеток от действия ядовитых веществ, повреждений, вызываемых инфекционными болезнями (острыми или хроническими), защита растущей в утробе матери жизни от любой опасности, от ядов, инфекционных заболеваний (например, краснухи), несоответствующей пищи или от вредных влияний на психику.

Одностороннее мнение последователей учения о наследственности, утверждающее, что условия, в которых мать вынашивает ребенка, не играют никакой роли, столь же неверно, как и предположение, будто хорошие мысли, созерцание прекрасных картин и прослушивание хорошей музыки являются средством воспитания ребенка до его рождения.

До недавнего времени считали, что ребенок живет во чреве матери как паразит. Этот взгляд верен в одном: ребенок является самостоятельным человеком; в соответствии

с его зачатием он наследует свои качества наполовину от отца, наполовину от матери. Между матерью и ребенком имеется разделяющая их перегородка, состоящая из нежной пленки, покрывающей ворсины детской части плаценты. Последние исследования с мечеными атомами показали, что при известных обстоятельствах плацентарный барьер может нарушаться и поэтому детский организм нельзя считать вполне независимым от своей среды, то есть от матки и от плаценты.

До недавнего времени, например, считалось, что ребенок при любых обстоятельствах обеспечивается необходимым количеством кальция для построения своего скелета и при недостаточном питании страдает только мать вплоть до обезызвествления у нее костей и зубов. Мы не можем поддерживать эту теорию в столь категорической формулировке. Более правдоподобно предположить, что между обменом веществ матери и ребенка создается известное равновесие и что при наличии недостаточности ребенок также страдает от нее. Плацентарный барьер в известных границах защищает плод от многих ядов, которые принимает мать. Однако некоторые яды проникают сквозь этот барьер; к ним относятся промышленные яды, например свинец, ртуть, мышьяк и т. д., сюда же относятся лучи рентгена и радия и, наконец, *алкоголь* и *никотин*, которые очень у многих людей из возбуждающих средств превращаются в наркотики.

Алкоголь переносится с кровью в яичники и в яички. Какие изменения вызывает он в половых железах, будет со временем показано с помощью новых методов исследования. Старые исследования Агнесы Блюм показали, что алкоголь в высоких дозах вызывает сдвиг полового соотношения между мальчиками и девочками и повышает смертность плодов; изменений наследственных признаков, по Менделю, не наблюдалось. Однако изучение наследственности вступило в новую фазу. С помощью новых методов исследуют процессы в целой клетке и надеются сделать из полученных данных важные выводы, в том числе и о действии ядов. Исходя из накопленного опыта было бы удивительным, если бы алкоголь не оказывал пагубного действия на половые железы, поскольку известно, что он вызывает отчетливые повреждения клеток печени, мозга, желез.

Алкоголь, циркулирующий в крови матери, проникает через барьер, который существует между матерью и ребен-

ком в плаценте. Он поступает в кровь ребенка. Пьяница в течение всей беременности подвергает своего ребенка вредному воздействию алкоголя. Дети пьяниц рождаются на свет, уже имея тяжелые повреждения организма. О том, в какой степени потребление алкоголя матерью вредит грудному младенцу, поступая в его организм с молоком, мнения ученых расходятся. При потреблении алкоголя он переходит в кровь, где его концентрация не превышает 3‰ (при этой концентрации человек находится в состоянии глубокого опьянения); таким образом, содержание алкоголя в молоке также не может превышать 3‰ (=0,3%). Эта концентрация намного ниже, чем концентрация самого слабого солодового пива. Кроме того, если в крови у женщины содержится 3‰ алкоголя, она уже не в состоянии кормить ребенка грудью; она способна на это лишь при концентрации алкоголя в крови не более 1,5‰, следовательно, грудное молоко этой женщины будет содержать не более 0,15% алкоголя. В то же время различные педиатры неоднократно сообщали, что у грудных детей пьющих женщин после отнятия от груди наблюдались отчетливые признаки изменения состояния, ввиду чего рассматриваемая проблема подлежит пересмотру. Например, было показано, что младенцы пьяниц погружаются в глубокий спокойный сон, если их матери перед кормлением выпивают большое количество вина. Если не давать матери пить вино, младенец ведет себя беспокойно: алкоголь стал известным наркотиком. Вино и пиво и взрослые употребляют в качестве снотворных средств. Как происходит, что пьянство матери действует подобным же образом на младенца, еще не выяснено. Возможно, что в молоке образуются вещества, которые отравляют ребенка другим образом.

В связи с этим следует заметить, что *младенцам* и *маленьким детям*, само собой разумеется, не следует давать *ни капли алкоголя* в какой бы то ни было форме. В сущности говоря, стыдно, что в настоящее время приходится об этом предупреждать. Однако во время второй мировой войны и в послевоенные годы были забыты многие народные гигиенические навыки. И случается, что мать (или даже бабушка) дают младенцам или маленьким детям вино, пиво или даже водку и радуются, что малыши после этого так прекрасно, спокойно спят. Они и не подозревают, какой вред наносят ребенку, какое тяжелое отравление вызывают у него. Упо-

требление алкоголя детьми должно быть категорически запрещено!

В настоящее время горячо обсуждается вопрос о курении. Можно ли матерям курить? При этом мы вспоминаем опыт Стива, который был проведен несколько лет тому назад. Большими количествами никотина ему удалось вызвать бесплодие у коз. Мы вспоминаем также книгу Хофштеттера «Курящая женщина», которая, хотя и появилась несколько десятилетий тому назад, и сейчас не утратила своего значения. Да, сегодня мы знаем о табаке несколько больше. Курение вредно вдвойне, так как, с одной стороны, действует никотин, а с другой — деготь. Никотин — один из наиболее сильных ядов. Несколько миллиграммов этого яда убивает собаку. Для того чтобы моментально убить этим ядом человека, достаточно 20—30 *мг*.

Малые количества никотина, которые поступают в наш организм при курении, действуют прежде всего на вегетативную нервную систему. В результате этого они особенно резко повреждают сердечно-сосудистую систему, желудок и кишечник. В дегте, который образуется при курении, содержится вещество, способное вызывать развитие рака. Это вещество находится в столь тонко распыленном состоянии, что оно проходит сквозь любой фильтр. Таким образом, применение сигарет с фильтром ничуть не помогает избежать зла. Для того чтобы проявилось действие этого ракового вещества, требуется время — годы, десятилетия. В общем, проходит тридцать, а иногда и сорок лет, пока ежедневное раздражение, вызываемое курением, накапливается до такого предела, когда начинается рост раковой опухоли.

В странах, в которых с 1914 года происходит непрерывный рост потребления сигарет, одновременно наблюдается также учащение заболеваний раком легких или, вернее, раком дыхательных путей. Ввиду того что для проявления действия дегтя требуется такой длительный промежуток времени, выявить взаимосвязь между курением сигарет и заболеванием раком легких было нелегко.

За период с 1914 по 1918 год потребление сигарет в Германии возросло с 12 до 24 миллиардов! Люди, которые в 1918 году начали сильно курить, в настоящее время подошли к возрасту наиболее частого развития рака. С 1948 года и по настоящее время мы имеем возможность наблюдать,

действительно ли их пристрастие к сигаретам принесло им вред или же нет. И мы действительно обнаруживаем это. Из года в год в устрашающем темпе увеличивается число людей, умирающих от рака дыхательных путей. Каковы будут последствия потребления сигарет в наше время (в ГДР за последний год на душу населения, считая грудных детей и стариков, было выкурено более 1000 сигарет), выяснится в 1980—1990 годах. Мы тогда не обнаружим преобладания этого страшного недуга у мужчин, потому что он с такой же частотой будет поражать и женщин. Некоторые читатели спросят, какое отношение все это имеет к браку? Очень большое! Женщины будут умирать преждевременно, раньше, чем они проживут свою жизнь, прежде, чем они успеют передать последующему поколению свой опыт в любви и жизни. Молодая девушка, которая начинает курить с 16 лет, достигает к 46 годам возраста, опасного в отношении рака, а в 50 лет уже умирает от него.

Исследователи всех стран занимаются разработкой проблемы курения. Изучают влияние курения на все функции нашего организма. Накапливаются статистические данные о том, что у грудных детей, матери которых злоупотребляют курением, обнаруживаются отчетливые нарушения здоровья. При наиболее резко выраженных поражениях у младенцев таких курильщиц наблюдаются судороги. Следует отметить несколько смертельных исходов в подобных случаях. Ввиду этого уже сегодня необходимо указать: беременная женщина не должна курить или может употреблять табак лишь в весьма умеренном количестве; для кормящей матери курение категорически недопустимо. Из сказанного курящие женщины сделают вывод: раз так, я не буду кормить ребенка грудью, так как я не могу и не хочу отказаться от сигарет. Что можно добавить к этому? Только два слова: бедные женщины.

13 РЕБЕНОК В СЕМЬЕ

Первый ребенок производит в семье глубокий переворот. Не только потому, что двойственный союз превращается в тройственный, но и из-за того, что жизненные потребности новорожденного и грудного ребенка настойчиво требуют внимания. Прежде всего новорожденный предъявляет свои требования к матери. Он требует, чтобы его накормили. И не только все врачи мира единодушно считают, что для

новорожденного имеется лишь один бесспорно полноценный рацион, а именно молоко его собственной матери, но и все молодые женщины имели возможность ознакомиться с этой бесспорной истиной. Они слышали об этом в профессиональной школе, они углубили свои познания на курсах матерей. Молодая супруга может почерпнуть необходимые познания из хорошей книги по уходу за младенцами и маленькими детьми [1]. Маленькие дети предъявляют еще большие требования. Им необходим покой, так как из 24 часов они спят 20 часов в сутки, затем 18, через несколько месяцев не менее 14 часов. Где в квартире находит ребенок необходимый покой? На этот вопрос в каждом отдельном случае дается иной ответ. Кормление, купание, различные гигиенические процедуры следует производить регулярно, в одни и те же часы суток. Это диктаторски определяет распорядок дня (по крайней мере для матери) в первые месяцы. Разумеется, маленького ребенка необходимо уже приучать к известным культурным навыкам. Он — дитя современного человека, а не кролик, который может сосать грудь в любое время, и не бушменское дитя, привязанное у груди матери.

Если я сказал, что маленький ребенок определяет распорядок дня своей матери, то нам следует еще добавить: в хорошей семье он оказывает влияние и на распорядок дня отца. Наши молодые отцы все чаще обучаются купать ребенка, проделывать ему гигиенические очистительные процедуры, пеленать его, рано утром подготавливать его к кормлению и подать в подготовленном виде в постель молодой супруге. Однако требования, предъявляемые малышом, часто простираются и дальше. Если семья живет в тесной квартирке и младенец проводит время в общей жилой и спальной комнате, в этом помещении никто не может теперь закурить. Тот, кто захочет подымить трубкой, должен посидеть на кухне. Некоторые родители считают, что по прошествии первого года эта тирания малыша кончится. Глубокое заблуждение! Двух- и трехлетние многое пони-

---

[1] Klimova — Fugnerova, Mirka, Unser Kind. Vor der Geburt. Im ersten Lebensjahr. In den Vorschuljahren. Verlag Volk und Gesundheit, Berlin 1956.—Säuglingspflege. Mit Ratschlägen für die werdende Mutter. Verlag für die Frau, Leipzig.— Kohler: Der Säugling. Leipzig 1960.— Kleine Enzyklopädie «Die Frau», Leipzig 1961. Neubert, Das kleine Kind in der Familie, Volk und Wissen, Berlin 1966.

мают. И то, что они увидят и услышат, запечатлеется в их будущем сознании гораздо сильнее, чем то, чему их позже будут учить в детском саду и в школе. Тот, кто хочет иметь хорошо воспитанных детей, должен воспитать самого себя, так что здесь уместно привести изречение: «Не родители воспитывают своих детей, а дети воспитывают своих родителей».

Это, конечно, относится только к таким родителям, которые в какой-то мере разбираются в педагогике.

Таким образом, первый ребенок вызывает переворот в жизненном укладе, распорядке дня, привычках юной пары. При рождении второго ребенка это переключение имеет уже значительно меньшие масштабы, а появление в семье третьего и четвертого ребенка проходит почти незаметно. Трое и четверо детей растут гораздо гармоничнее и независимо от затрат труда требуют меньше хлопот, чем единственное дитя, воспитание и здоровье которого составляют предмет постоянных забот.

Если спросить у родителей, хотели бы они вновь стать бездетными, то в подавляющем большинстве случаев они ответят: «Нет, никогда! Только с тех пор, как у нас появились дети, наша семья стала действительно полноценной».

Ну, а как обстоит дело с любовными отношениями обоих супругов? Временами ребенок настолько поглощает внимание молодой матери, что она забывает о муже. Однако, если круг, включающий мать и ребенка (или детей), будет слишком изолированным, может случиться, что отец останется в одиночестве и в этом случае или углубится в свою работу, или же окажется доступным дружеским усилиям других женщин. Молодая жена должна учитывать такую вероятность. Если она замечает, что ее муж вновь приобретает повадки холостяка, что он только считает и пишет и слишком часто приносит с собой домой различные бумаги, чертежи, значит, настало время пригласить его на прогулку или пойти с ним потанцевать, проявить любую инициативу в этом направлении,— словом, настало время жене позаботиться о своем заброшенном муже, так как семья представляет собой единое целое и отец не должен оставаться вне ее. Детям нужен отец, и молодая мать должна своевременно ввести его в общий круг. Сильнейшее связующее звено в браке может стать клином, который его расколет. Тихо и почти незаметно ребенок может внести раскол между

супругами, как пробивающееся деревцо раскалывает монолитную скалу.

Может ли, с другой стороны, ребенок вновь укрепить распадающуюся семью? Прежде всего ребенок вовсе не является панацеей против распада семьи. Основной закон медицины гласит, что для излечения болезни необходимо устранение ее *причины*. Если причиной супружеских неурядиц была бездетность, разумеется, появление ребенка приводит к сохранению семьи. Если же брак был несчастливым по другим причинам, необходимо найти причину, вскрыть ее и устранить.

К сожалению, очень часто женщины, любящие своих мужей, верят, что их можно удержать с помощью ребенка, что ребенок устраняет все противоречия и все приводит к благополучному концу. Без сомнения, каждого порядочного мужчину ребенок привязывает к матери его ребенка; однако при таком принудительном связывании часто ничего не получается, кроме отношений, основанных на насилии и долге.

Подобные соображения касаются и тех, кому «необходимо вступить в брак». Само собой разумеется, молодому человеку полагается оформить брак с забеременевшей от него девушкой, чтобы узаконить свои отношения к будущему ребенку и его матери. Если это решение было продиктовано только чувством долга или, что еще хуже, было принято под давлением со стороны родителей обеих сторон, то очень скоро обнаруживаются разногласия. Такие насильственные браки являются основным контингентом для разводов после пяти- и десятилетней совместной жизни. Если же добрачный ребенок был зачат и выношен по любви, время оформления брака совершенно не имеет значения. По всем имеющимся признакам такой брак будет счастливым. Хуже всего, если девушка стремится заставить мужчину жениться на ней, используя для этого ожидаемое дитя. Такой хитрости и коварства мужчина никогда ей не простит. Их отношения с самого начала будут отравлены.

При мысли о детях в семье и о возникающих в связи с ними проблемах невольно вспоминаешь и о матерях. Это имеет свою историческую основу. В семьях крестьян и ремесленников роль отца была установлена раз и навсегда. Он был опорой и хозяином в профессиональной области, от него зависело социальное положение семьи, на него, разумеется,

ориентировались и дети. С раннего возраста, с 4—5 лет, дети включались в семейное производство и получали, таким образом, сноровку, которая в дальнейшем становилась источником их существования. В общем, отец одновременно руководил общественной жизнью и политехническим образованием.

Не следует думать, что это была идиллия, гораздо справедливее назвать это жестокой и горькой школой жизни.

Школа для основной массы детей была второстепенным делом. В школе, где для большинства детей преподавание велось лишь в течение немногих часов в день и чаще всего в течение полугода, учили только чтению, письму, простейшим правилам арифметики и закону божию.

Такое положение полностью ушло в прошлое. Теперь дети часто едва представляют, в чем заключается профессия отца, и, во всяком случае, не подвергаются в семье никаким испытаниям. Отец уже не является учителем, от которого дети сначала в полуигре, а затем всерьез обучаются ремеслу. Ввиду этого отцам не хватает естественного авторитета, который им придавала роль учителя.

Нашим отцам следует обдумать свое положение и свои задачи. В настоящее время большинство отцов приезжает с работы домой налегке. Они прибывают, как усталые путники на родину, едят, немного отдыхают и затем идут по своим общественным делам или же занимаются каким-либо любимым делом. Большинство из них находит немного тем для занятий с детьми; дело обычно ограничивается внушением или наказанием по жалобе матери или же проявлением время от времени заботы о школьных делах. Дети обеднели. Они стали мамиными детьми, детсадовскими детьми, школьными детьми. Тетенька в детском саду приобретает большее значение, чем отец. Многие отцы берут на себя обязанность отправлять детей в ясли или в детский сад; это обеспечивает ежедневный контакт детей с отцом, однако такой контакт не является творческим контактом, при котором отцы могли бы более детально заняться своими детьми, руководить их речью, играми, физическим развитием. Здесь ничто не поможет, молодые отцы должны поразмыслить, как им войти в семью совсем иным способом, чем прежде, и вновь занять в ней почетную роль, являющуюся примером для детей. Первое условие для этого: они должны регулярно уделять детям свое время. Нужно заниматься с маленькими детьми, играть с ними, в игровой форме заниматься гимнастикой.

Не приходится отрицать, что и матери в наше время недостаточно занимаются своими детьми. Кроме того, большинство матерей теперь перегружено. Именно поэтому мы ищем резервы. Здесь следует указать, что подобным резервом как раз и являются отцы. С одной стороны, они должны принимать участие в жизни детей, что для них легко выполнимо, другая же задача важнее —они должны дать возможность подрастающим детям принять участие в своей жизни. Всякий целеустремленный мужчина, готовый поделиться своими знаниями, должен сообщать в той или иной мере о своих делах своим девочкам и мальчикам, вводить их в круг своих мыслей и стремлений. Тогда и не будет между отцами и детьми той отчужденности, на которую так часто жалуются в настоящее время. Отцы не понимают своих детей, дети же рассматривают своих отцов как источник материальных благ и не считают возможными доверительные беседы с ними. Настоятельной необходимостью является возрождение положения отца семьи.

14 КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЙ ПЕРИОД

На пятом, а в последнее время и на шестом десятке лет жизни происходит прекращение образования граафовых пузырьков в яичниках. Ввиду этого не может более происходить образования желтого тела. В результате возникает сдвиг выработки гормонов. Вырабатываемый корой надпочечников тестостерон приобретает усиливающееся влияние.

Внешне этот сдвиг гормонального равновесия проявляется в изменении пропорций тела, у некоторых женщин — также в понижении тональности голоса и некотором росте волос на верхней губе. Сам по себе этот переход ощущается в виде неустойчивости кровообращения, в результате чего возникают многократно описанные приливы, характерные для климактерического периода.

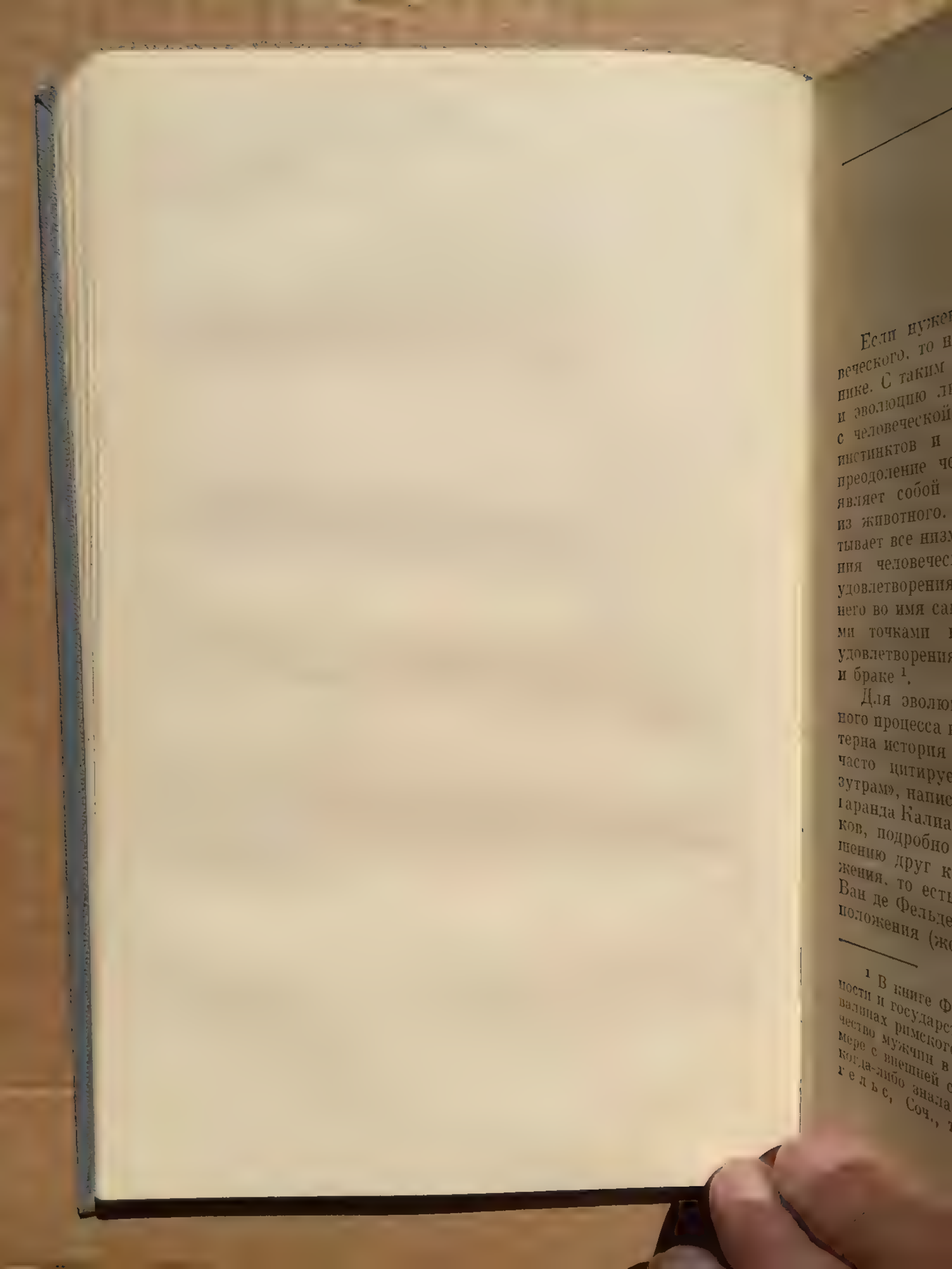
Раньше окончание детородного периода означало для женщины и конец ее социального значения. Стареющие женщины становились ненужными. Лишь постепенно свыкались они с ролью солидной пожилой женщины. Они завидовали всем молодым, еще полноценным в половом отношении женщинам.

Теперь климактерий вообще не представляет более никакой социальной катастрофы, а в физическом отношении является лишь небольшим дискомфортом. Физическое недомогание при климаксе было в большинстве случаев обусловлено или по крайней мере усилено психически. В нашем обществе роль женщины не ограничивается ролью самки. Ввиду этого с прекращением функции яичников она не теряет своего значения.

Ввиду того что и супружеский любовный союз ни в коей мере не имеет единственной целью деторождение, а основывается на полном любви единстве и выявлении внутреннего единодушия, климактерий вовсе не приводит к прекращению супружеской половой жизни. Представление, «что для этого нужны только молодые», принадлежит феодализму.

Незначительные и еще в меньшей мере нарушающие здоровье отклонения, связанные с гормональной перестройкой при климаксе, могут быть ослаблены при обращении к любому гинекологу.

III ПОЛОВАЯ ЖИЗНЬ И БРАК



1 ЗНАЧЕНИЕ ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ И УДОВЛЕТВОРЕНИЯ ПОЛОВОГО ИНСТИНКТА ЧЕЛОВЕКА ДЛЯ ЕГО СЧАСТЬЯ В БРАКЕ

Если нужен пример развития у человека чисто человеческого, то нет необходимости обращаться к науке и технике. С таким же, если не большим правом можно назвать и эволюцию любовного переживания. Именно потому, что с человеческой любовью связаны сильнейшие проявления инстинктов и что любовь представляет собой очевидное преодоление человеком чисто инстинктивного начала, она являет собой наилучший пример развития человеческого из животного. Любовная жизнь человека и поныне охватывает все низменные и в то же время все высокие проявления человеческой природы, начиная от бессмысленного удовлетворения слепого инстинкта до полного отказа от него во имя самой глубокой любви. Между этими крайними точками находится та широкая сфера счастливого удовлетворения, которое мы называем счастьем в любви и браке [1].

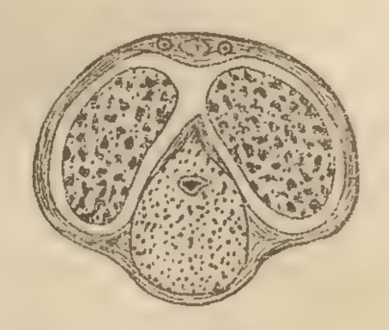
Для эволюции человеческих чувств от внешнего нервного процесса возбуждения до внутренней склонности характерна история наставлений по вопросам половых сношений. В часто цитируемой староиндийской книге Ватсяяна «Камазутрам», написанной около двух тысяч лет назад, и в «Анамгаранда Калианамата», появившейся на рубеже XV—XVI веков, подробно описываются положения партнеров по отношению друг к другу. «Анамгаранда» перечисляет 32 положения, то есть значительно больше того, что приводит д-р Ван де Фельде. Существует одиннадцать вариантов первого положения (женщина лежит на спине, а мужчина на ней),

---

[1] В книге Ф. Энгельса «Происхождение семьи, частной собственности и государства» сказано: «Новая моногамия, развившаяся на развалинах римского мира в процессе смешения народов, облекла владычество мужчин в более мягкие формы и дала женщинам, по крайней мере с внешней стороны, более почетное и свободное положение, чем когда-либо знала классическая древность» (К. Маркс и Ф. Энгельс, Соч., т. 21, стр. 72).

Рис. 71. Два поперечных сечения мужского полового члена. Отчетливо видно, что сечение треугольное.





три варианта положения женщины на боку, десять положений обоих партнеров сидя, три положения стоя, два положения женщины на животе и, наконец, три положения мужчины на спине.

В 925 году по магометанскому летосчислению (то есть около 1625 года по нашему летосчислению) анонимный арабский автор написал изданную в Тунисе книгу «Благоухающий сад шейха Нефцауи». Автор оказался великолепным физиологом и психологом и стремился научить любящих в искусстве любви обретать наивысшее счастье, учитывая при этом свой характер, свой темперамент, свою конституцию, то есть все те факторы, от которых зависит полная душевная и физическая гармония.

Во всей истории половых отношений странными являются наставления римской католической церкви. В течение длительного времени единственным допускавшимся положением считалась поза, изображенная Леонардо да Винчи, то есть мужчина лежит на женщине, а их лица обращены друг к другу. Жители различных частей света называли это положение соответствующим христианскому учению. Правильно здесь то, что положение, когда лица партнеров обращены друг к другу, ново и более человечно. И напротив, положение, при котором мужчина передом обращен к спине женщины, является старым, животным положением, которое повсеместно все больше и больше отмирает.

Один анатом написал даже целую книгу, в которой ополчался против нового положения. Причем он черпает свои аргументы как из области идеологии, так и из области

анатомии. Интересна анатомическая часть его аргументации. Правильно, что поперечное сечение мужского полового члена является не столько круглым, сколько треугольным и что мужской и женский органы в старой, так называемой животной позиции (женщина спиной обращена к животу мужчины), наилучшим образом соответствуют друг другу. Автор даже утверждает, что в этом положении разрыв девственной плевы происходит безболезненно и что «только европейские мужчины терзают своих жен в первую брачную ночь». Как истинный мономан, он объясняет всякого рода извращения физического и духовного порядка неправильным положением партнеров во время любовного акта.

Какой вывод мы можем сделать из этого? Он заключается в том, что анатом не компетентен в этих вопросах. Семейное счастье не является вопросом анатомии, это, скорее, вопрос физиологии и, конечно, в первую очередь психологии. Бесконечные споры ученых о том, передает ли область маточного зева ощущения или нет, должен ли естественный оргазм исходить у женщины из задней части влагалища или из клитора, не является ли раздражение клитора следствием полового самоудовлетворения девушки и т. д., являются не чем иным, как узкоспециальными словопрениями. Здесь в одинаковой степени может быть права и та и другая сторона. Ясно, что область маточного зева не испытывает болевых ощущений. Пусть гинекологи спорят о том, в состоянии ли она ощущать истечение семени или нет. Ван де Фельде отвечает на это положительно, гинекологи младшего поколения энергично оспаривают это. Мы осмеливаемся думать, что все это несущественно. Пусть влюбленные в своем уединении поступают, как им заблагорассудится. Пока никто из них не причиняет другому физического или душевного страдания, пока все делается из чувства любви и симпатии, то есть более для другого, чем для себя, все протекает нормально, и, в сущности, безразлично, исходит ли оргазм, эта сладостная истома, от клитора или от передней или задней части влагалища.

Начало всякого счастливого брака есть любовь между мужчиной и женщиной. Любовь — не унаследованный от животных инстинкт, как о ней пишет Фрейд. Поэтому исследования Кинсея не раскрывают феномена человеческой любви. Последняя не есть, как полагает Ван де Фельде,

физиологическое протекание рефлекса. Любовь есть отношение к человеку, симпатия, склонность, ответное чувство. Поскольку для человека уважение и внимание, признательность и симпатия есть живая потребность, то и любовь представляет собой необходимую человеческую потребность. Симпатия, вера в человека, доверие к человеку, ответ на его чувство — в этом, собственно, и состоит человеческое чувство, которое, однако, нельзя изобразить как некий медицинский акт. Поэты могут выразить его словами, композиторы звуками, а художники средствами изобразительного искусства. А влюбленные могут лишь испытывать это чувство.

Если любовь к человеку не является ни чисто животным чувством, ни общественным, нравственным явлением, не зависимым от физического, то остается лишь одно допущение, что она есть и то и другое и что в любви физическое теснейшим образом связано с общественным и духовным. Любовь без физического выражения есть нечто недейственное, подобно тому как насилие есть нечто бесчеловечное.

Поэтому я повторяю еще раз: эта книга не сборник рецептов, это, скорее, призыв ко всем читателям мысленно создавать для себя *свою* книгу о браке.

Моногамный брак, возникший в человеческом обществе, есть как в юриспруденции, так и в сознании людей не только очаг совместной жизни, совместное ведение хозяйства, рождение и воспитание детей, совместное культурное наслаждение жизнью, но и законное место любовных отношений. Брак не есть нечто, данное человеку от природы, мы видим в нем институт, выросший в течение многовекового и даже тысячелетнего развития человеческой культуры. Принятие института, цель которого ограничить нашу любовную жизнь одним человеком на протяжении всей нашей жизни,— принятие института постоянного брака, неизменно вызывало у отдельных индивидуумов бунт и возмущение против «насилия». Поэтому нам придется несколько обстоятельнее рассмотреть тот необычайный факт, что, несмотря ни на что в мире возобладал моногамный брак, который, вероятнее всего, распространится на земле в еще большей степени даже среди народов, у которых до недавнего времени еще существовали различные формы многобрачия.

Первый примечательный, но далеко не само собой разумеющийся момент есть то, что половая любовь связывается

с размножением. Народам, находящимся на низкой ступени развития, неизвестна связь между половой жизнью и размножением. Малиновский сообщает, что племя, жизнь которого он внимательно наблюдал, отрицает подобную связь как абсурдную.

Племена, еще живущие представлениями о магических силах, не в состоянии связать оба эти явления. Они еще не понимают роли отца. Они выработали основы любовной жизни, совершенно не зависимые от общественных основ воспитания детей, от их положения и развития в обществе. Для этой ступени сознания характерен, в частности, матриархат. Ныне нам хорошо известно, насколько тесно у людей, как у всех высокоорганизованных животных, половая жизнь связана с продолжением рода. На основе новейших исследований мы знаем, что здесь связываются два принципиально разных жизненных явления.

Одно из этих явлений — продолжение рода, размножение. Мы должны проводить различие между продолжением рода (размножением) и половой жизнью. При размножении из одной клетки или из одного живого существа получаются два или больше. При половом акте две клетки всегда сливаются в одну, то есть их число уменьшается: $1+1=1$.

Если мы посмотрим, у каких животных происходит внеполовое размножение, то обнаружим, что это имеет место исключительно у тех из них, которые подвергаются наибольшей опасности и которым поэтому необходимо многочисленное потомство. Лишь в отдельных случаях для сохранения рода выбирается более сложный путь оплодотворения.

Кроме того, большое количество потомков нарождается без оплодотворения. Существуют также растения, у которых наряду с половым наблюдается и внеполовое размножение, то есть с помощью семенной луковицы, стеблей, корней, клубней, отростков, побегов и почек они дают рост молодым растениям. Оплодотворение при всех условиях затрудняет размножение. Две зародышевые клетки должны быть сведены и объединены вместе. Но пока жизнь протекает в воде, соединение еще не столь трудно: рыбы-самцы рассеивают свои семена по морскому дну, где самки откладывают свою икру. Мужские семена устремляются к женским яичкам и соединяются с ними. Значительно сложнее такое соединение происходит у животных, обитающих на суше или в воздухе. Два животных одного и того же вида должны найти

друг друга и соединиться, или, точнее говоря, самец должен каким-то образом доставить мужские зародышевые клетки к половому отверстию самки, так как семенные волоски не переносят отсутствия влаги и не могут каким-либо иным способом достигнуть женской яйцеклетки. Запахи, краски, звуки, движения — таковы, в общем, сигналы, на которые реагируют зрелые в половом отношении животные.

Почему все это так сложно? Сегодня мы этого пока еще не знаем. Биологи предполагают, что половая жизнь, то есть деление всех животных и растений на два пола и соединение зародышевых клеток, каким-то образом связана с образованием и сохранением вида. В животном мире самцы и самки отличаются друг от друга не только по внешнему виду, но и по своему внутреннему химическому строению. В соках самцов циркулирует вещество, называемое мужским половым гормоном (тестостерон), в соках самок циркулирует вещество противоположного характера, называемое женским половым гормоном (фолликул — гормон).

Половые гормоны образуются, как правило, в половых железах. Они определяют рождение самца или самки. Если гормоны выделяются в большом количестве, то вызывают у животных течку, появление особой окраски (свадебный покров у ящериц и большой колюшки) и особое поведение в период течки. У человека также циркулируют половые гормоны: у мужчин — мужские, выделяемые семенниками, у женщин — женские, выделяемые яичниками. Эти вещества в период созревания человека содействуют превращению ребенка в юношу и мужчину или девушки в женщину. В них причина половых различий, проявляющихся в строении костей, в мускулатуре, коже, волосяном покрове, в голосе и поведении человека. Они же к концу периода созревания содействуют появлению полового инстинкта, так как кровь омывает, питает и насыщает все слои нашего мозга. Поэтому целесообразнее не употреблять старого выражения «вторичные половые признаки». Органы, служащие размножению, лучше и называть органами размножения.

Мы отнюдь не считаем это какой-то мелочью. Нам необходимо наконец осознать факт, который уже в течение нескольких веков бесспорен, но отрицается большинством людей,— факт, что люди сближаются и сочетаются в любви не только ради потомства. Чем человечнее мы становимся (а человек как раз вступает в период своей подлинной исто-

рии), тем больше любовь вступает в свои права («Волшебная флейта» Моцарта).

Вдумчивый читатель может здесь возразить, что половые органы являются в то же время и органами размножения. На это можно сказать следующее.

1. Это наблюдение справедливо в полной мере лишь в отношении мужчин. Наиболее важные органы размножения женщины — яичники, яйцевод, матка — в половом акте участия не принимают.

2. Чем больше люди осознают свои действия, тем чаще они стремятся разделять половой акт и оплодотворение. Все более широкие слои населения овладевают методами предупреждения зачатия. Иными словами, в человеческом обществе половая любовь и зачатие стали уже и становятся в еще большей степени различными действиями.

3. Половой акт охватывает не только так называемые «половые органы», но и всего человека. Соединение половых органов еще не есть любовь, оно не начало и не заключение половой любви, а лишь одна из ее фаз.

Так как эти факты в недалеком прошлом в большинстве случаев упускались из виду, а в некоторых вполне серьезных работах не принимаются в расчет и в настоящее время, то в результате этого возникли не только заблуждения, но и крайне досадные недоразумения. Поэтому мы хотели бы внимательно рассмотреть вопрос о половой жизни и любви и в заключение высказать свое мнение о том, каким образом они могут найти свое место в человеческой жизни.

Всем тем, кто пишет о проблемах половой жизни человека, приходится полемизировать со своими предшественниками в этой области (Форель, Фрейд, Адлер, Юнг, Ван де Фельде, М. Гиршфельд, Кинсей, Ф. Кан). Ван де Фельде написал физиологию половых отношений. Сам того не замечая, он подходил к человеку с той же меркой, что и к животным. Он забыл о душе. Он хотел лечить гражданские браки в Европе средствами физиологической техники.

Работа Кинсея — это доклад зоолога, отчет, который он совместно с этнологами написал для определенной страны и для определенного времени — не больше. Вполне возможно, что этот доклад нужен и правилен применительно к США (он освещает, кстати, преимущественно положение на востоке страны). То, что с ним ознакомили широкую публику

Америки, было правильно, ибо нужно было показать нации глубокую пропасть между тем, что утверждалось и требовалось официально, и жизненной практикой населения. Переводить доклад на немецкий язык не было никакой необходимости. Вполне достаточно было ограничиться его подробным обсуждением в журналах. Доклад больше касается деятельности этнографических институтов по вопросам пола. Люди, которые не учитывают изложенных выше замечаний, бессознательно переносят все то, о чем они читают в докладе Кинсея, на положение в Германии и стремятся делать определенные выводы лично для себя.

Однако положение в Европе совершенно иное. Во-первых, любая европейская страна имеет совершенно иную структуру. Достаточно взглянуть на решение половой проблемы в таких странах, как Испания, Италия, Франция, Голландия, Дания, Швеция, Польша, Румыния, Болгария и Европейская часть СССР. Отчет Кинсея не может быть применим даже к Западной Германии — стране, во многих отношениях следующей американскому образу жизни.

Теперь несколько слов о самом отчете. Как говорит сам Кинсей, он только «сообщает», но не предлагает никаких норм, не разрабатывает никаких жизненных правил. А для читателя это было бы крайне важно. Статистический отчет нельзя было бы считать нормой даже в том случае, если бы он во всех отношениях соответствовал действительности. Но даже это приходится ставить под сомнение. Люди, которые так обстоятельно рассказывали о своей половой жизни в стране, где это совершенно не принято, явно нетипичное явление.

Отчет Кинсея может таить в себе и другую опасность. Если наши бабушки и дедушки и даже отцы и матери вообще не говорили, не решались говорить о половых отношениях, то в эру Фрейда разговоры на сексуальные темы стали обычным явлением в салонах. Существует опасность, что половые чувства, особенно в кругах интеллигенции, будут все больше и больше опошляться в связи с тем, что поведение людей, показанных в отчете Кинсея, не отличается от поведения животных. Мы не должны говорить о том, что входит в компетенцию научных институтов, не нужно выносить на улицу того, что должно оставаться в стенах дома. Незачем выставлять напоказ препараты патологической анатомии. Не приемы, не способы, не искусство и не выдумки имеют наибольшее

значение, а удобное время, благоприятные условия и предпосылки. Именно в этих вопросах и можно помочь советом.

Скрипящая кровать, тонкие стены, страх, что кто-нибудь войдет, или, еще хуже, воспоминание о помехах в прошлом могут сказаться отрицательней, чем какой-нибудь забавный ляпсус.

Счастье приходит к Гансу несмотря на все ляпсусы, а не вследствие их.

Лишь тот, кто внутренне настолько очерствел, что даже не хочет ощутить счастье любви, счастье полового наслаждения, «не может позволить себе» его. Лишь тот, кто даже не способен спокойно и предусмотрительно создать благоприятную обстановку, должен серьезно подумать о том, чем вызвано такое очерствение. Такие люди не сумеют преодолеть свой недуг собственными силами, им нужна помощь специалиста по половым вопросам, обладающего психологической и терапевтической подготовкой и опытом.

Мы отнюдь не произвольно ставим вопрос об отношениях полов, он сам встает перед нами. Автор не сам выбрал себе эту задачу, она встала перед ним. Он не лучше и не хуже других своих современников подходит для ее выполнения. Он не был для этого вооружен лучше, чем кто-либо другой. Но он не избегал, подобно некоторым, решения вставшего перед ним вопроса и не предоставлял его решение другим, а стремился по мере сил содействовать его решению. Это значит, что вопрос об отношениях полов ни для кого не решается сам собой. Это один из вопросов, который каждый должен решать для себя. Это человеческий вопрос, ибо животные не знают половых проблем, они связаны своими инстинктами и действуют бессознательно.

Как и все человеческие проблемы, вопрос об отношении полов является вопросом морали, нравственного содержания общества. Поэтому он может быть решен лишь путем его осмысления, осознания, путем сознательных действий. Отсюда следует, что и в условиях строительства социализма половые проблемы не могут решаться автоматически, сами собой. Социализм в какой-то мере автоматически решает некоторые проблемы нашего времени. Его победа означает, например, что силы войны неизбежно лишаются своего базиса. Естественно, что этот автоматизм определяется волей и действиями масс. Однако только этим путем нельзя установить правильные отношения между людьми,

нельзя с полной уверенностью указать решение вопроса для всех.

Даже в вопросах большой политики мы уже пришли к выводу, что создание народных предприятий должно сопровождаться воспитанием правильного отношения людей, в данном случае — к народной собственности.

Социализм преодолевает старые, глубоко укоренившиеся формы поведения людей не автоматически.

Он вообще не устраняет сексуальной биполярности. Когда-то находились люди, которые толковали социализм таким образом, будто бы установление правового равенства между женщиной и мужчиной приведет к исчезновению живого взаимного интереса полов друг к другу. Это величайшее заблуждение. Установление правового равенства женщины с мужчиной устраняет лишь эксплуатацию женщины мужчиной, что отнюдь не означает биологического и общественного уравнения. Установление правового равенства создает лишь предпосылки для улучшения совместной жизни мужчины и женщины.

Последнее должно обрести свое содержание и форму путем воспитания и самовоспитания человека, ибо мы можем и должны учиться. Каждый ребенок должен научиться говорить, он должен усвоить правила, выработанные человечеством, например, что каждый, кто хочет есть, должен и работать, если он способен к труду, что нельзя воровать и лгать. Все эти правила не являются естественными и врожденными, они вырабатываются обществом. Точно так же каждый человек должен изучить правила половой жизни, то есть отношения мужчины и женщины друг к другу, и не только технику того, что обозначается очень вульгарным словосочетанием «половые сношения».

В немецком литературном языке нет даже приличного слова для обозначения любовного акта. Французы называют это «faire l'amour». Это очень удачное, но непереводимое выражение. Немецкий язык располагает лишь специальными выражениями, такими, как Coitus, Kohabitation (совокупление, соитие) или, наконец, вульгарными выражениями. Наиболее человечно и тепло звучит немецкое слово «beiwohnen» (жить вместе), выражающее то, что мы живем в любимом человеке, а он в нас.

Сексуальная биполярность, проявляющаяся в половом инстинкте, дана нам природой. Она дана нам природой по-

добно обмену веществ, проявляющемуся в голоде, жажде или дыхании. Подобно тому как мы должны были когда-то учиться по-человечески утолять свой голод, а ныне должны вновь учиться делать это наиболее целесообразным образом (наука о питании), подобно этому мы должны учиться в новых жизненных условиях следить за кровообращением и дыханием. Иными словами, поскольку примитивная жизнь ныне уже невозможна, то столь же невозможно на нынешней ступени развития примитивное удовлетворение полового инстинкта. Мы должны думать о том, чтобы вносить в него культуру, включать его в качестве элемента человеческой жизни, думать подобно тому, как мы думаем об организации нашей жизни в целом. Часть этой работы мы можем считать выполненной, так как мысли и опыт наших предков закреплены и перешли к нам в виде определенных учреждений, в форме обычаев и нравов, правил и законов. Обычаи и нравы можно сравнить с вехами, с дорожными указателями. Их сравнивали также с дамбами, которые охватывают русло реки и направляют его к определенной цели. Однако обычаи и нравы возникли в иных условиях, чем наши, и уже не подходят в полной мере к современным условиям жизни.

Путем обобщения опыта мы должны разработать новые правила и, проверив их на практике, установить их в качестве вех, оград и путевых указателей.

Иначе говоря, нет необходимости, чтобы каждый человек в каждом отдельном случае заново принимал решение о том, как он должен себя вести, если общество уже определяет его поведение обычаями и нравами. Слово «нравственный» связано со словом «нрав». То, что представляют собой обычаи и нравы, является в производном значении также и нравственным, и в этом смысле слово «нравственный» имеет очень глубокое содержание. Оно раскрывает происхождение самого понятия: нравственным является то, что соответствует нормам общества, в котором мы живем. Кто обособляется от него, тот совершает грех. В немецком языке слова «обособляться» (sich absondern) и «грешить» (sündigen) восходят к общему корню.

Издавна на всех ступенях развития общества человек регулировал свою половую жизнь обычаями и нравами. Старые немецкие обычаи и нравы сохранились, например, до настоящего времени у так называемых семигорских саксонцев. У них уже по одежде можно определить девочку,

невесту, замужнюю женщину, вдову и пожилую женщину. Несколько странно, что у семигорских саксонцев мужчины также одеваются в соответствии со своим возрастом и семейным положением. Здесь также можно отличить мальчика от неженатого юноши (короткая шубка) или женатого мужчины (длинная шуба).

Там никому и в голову не приходит мысль носить не положенную ему одежду. А молодая женщина после первой брачной ночи в своей наивной простоте вывешивает простыню, чтобы каждый мог видеть, что она вступила в брак невинной девушкой.

2 ФИЗИОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ПОЛОВОГО АКТА

Если некоторые полагали, что при социализме любовь и брак будут примитивнее, проще, схематичнее и даже будут иметь меньшее значение, чем раньше, то они глубоко заблуждались. Развитие человечества восходит от простого к сложному.

В условиях более развитого общественного строя любовная жизнь станет более личной и многообразной. Важнейшим моментом в этом процессе будет то, что формы общения людей, культивировавшиеся прежде лишь в узком привилегированном кругу, все больше и больше становятся всеобщим достоянием. Высокое представление о любви, о которой писали Гете и Шиллер, Гумбольдт и Ж. П. Рихтер, Готфрид Келлер и Теодор Шторм, постепенно, от поколения к поколению, проникает в народ.

Воззрения наших классиков дополняются влиянием и опытом всего человечества. Если сто лет назад народные массы жили в полной изоляции и лишь узкий круг людей имел возможность поддерживать связь с большим миром, то ныне и они уже узнают о любовных обычаях в арабском мире, в Индии, Китае, Японии. Но не все то, что идет к нам с Ближнего и Дальнего Востока, может быть усвоено нами, так как там любовь еще не стала личным, индивидуальным переживанием. Любовное наслаждение было там одной среди прочих радостей жизни и не связывалось с определенным человеком. Но некоторые моменты могут быть с успехом использованы. В ходе многовекового развития культуры (недавно отмечался 2500-летний юбилей существования буд-

дизма) накоплен богатый опыт взаимоотношений людей, который может обогатить и наш образ жизни.

Существовали и существуют поныне люди, которые выражают сожаление по поводу того, что знания и опыт становятся всеобщим достоянием. Ортега Гассет пишет о «восстании масс». Он сожалеет о том, что в Англии и Германии почти все люди умеют читать и писать, в то время как раньше лишь немногие обладали этим искусством, о том, что в фильмах и иллюстрированных журналах показываются дальние страны, ибо, по его мнению, это вызывает недовольство и волнения. Он считает, что раньше люди, сидя в своем гнезде и питаясь хлебом и кашей, были счастливей, чем ныне, когда они пользуются всеми современными средствами коммуникаций. Приходится лишь удивляться, что люди, постоянно пекущиеся о спокойствии и счастье других и выступающие за всяческие ограничения, сами готовы захватить весь мир, все блага науки и искусства, и их отнюдь не устраивает пшеничная каша, им необходимо изысканное меню.

Но вопреки всем этим эгоистическим стремлениям мы можем сказать, что уже не удастся повернуть колесо истории вспять. В развитых странах люди научились пользоваться техникой. Освобожденные народы учатся ныне пользоваться наукой и техникой. Им не остается иного выбора, как овладеть мировой культурой. Самое ценное, что создано культурой всего человечества — искусство Вавилона, Египта и Китая, итальянская и французская живопись, немецкая музыка, мировая литература, наука арабов и греков, созерцательность индусов,— войдет в сознание и жизненную практику людей. А культура любви является составным элементом человеческой культуры.

Чтобы избавить людей от необходимости начинать все сначала, мы сообщаем в школе нашим детям основы человеческой культуры. Поэтому если в книге о браке несколько страниц будет посвящено культуре половой жизни, это отнюдь не будет отступлением от темы. Серьезная и критическая передача опыта в этой области гораздо лучше, чем те крайне опасные методы, к которым прибегали иные отцы несколько десятилетий назад. Они советовали своим сыновьям перед вступлением в брак пойти на обучение к какой-нибудь проститутке. Этот метод практиковался даже в самых «высокопоставленных» семьях. Но задумывались ли эти состоятельные папаши, чему учились их сыновья таким

образом? Они учились практике половой жизни без любви. Их чувствам и мыслям было дано совершенно ложное направление. Толкая их на этот путь, отцы ошибочно считали, что внешние формы этой практики являются самым важным. Плохо было еще и то, что будущие супруги не могли сочетать внешние формы с человеческой любовью. Случалось также, что эти внешние формы они принимали за самую любовь и действовали в соответствии с этим. Если будущая жена выбиралась по мотивам сословного или финансового порядка, то тем самым женщине сразу же наносился жестокий удар.

С одной стороны, молодые мужчины где-то удовлетворяли свою (здесь можно просто сказать — животную) потребность, с другой стороны, они были привязаны к нелюбимой женщине, с которой их связывали лишь экономические интересы и которая должна была рожать им наследников их состояния и рыцарских поместий. Они были обманным образом лишены любви.

Но совершалась и иного рода ошибка. Хотя она и не столь тяжела, как первая, тем не менее она может стать причиной тяжелых переживаний. Я имею в виду отсутствие техники половой любви и опыта. Кто не может играть на каком-либо музыкальном инструменте или не знает нотной грамоты, тому не помогут и красивейшие мелодии, волнующие его. (Можно сказать и наоборот, что человеку, у которого нет в голове ни одной мелодии, не поможет никакое техническое мастерство.) Советы, которые мы даем несколько ниже, преследуют цель предостеречь любящего человека от ложных шагов, подобно тому как учитель музыки или живописи стремится избавить своих учеников от необходимости начинать все сначала.

Вместо того чтобы приводить здесь доказательства правильности сказанного выше, мы приведем один лишь пример из литературы. Моруа в одном из своих романов изображает счастливую супружескую пару. В нем изображены два вполне достойных человека, которые глубоко любят друг друга, подходят друг другу и только о том и думают, чтобы доставить друг другу радость. Однако вследствие неправильного воспитания они не решаются сказать друг другу о желании любви. Втайне от жены он иногда ходит к проститутке, так как не желает «унижать» свою жену. Она же со своей стороны притворяется холодной,

не желая показать, какие «грешные» мысли и желания владеют ею. Наконец один друг приносит им избавление от этого чувства и супруги открывают, что их счастье может быть полным лишь в том случае, если им нечего будет скрывать друг от друга. В общем мы все можем любить, подобно тому как мы можем видеть и слышать и, следовательно, говорить, писать, работать и учиться.

Лишь иногда нервная система или железы внутренней секреции бывают расстроены до такой степени, что они не могут нормально функционировать. Эти исключения, как и все болезни,— забота врача.

Счастье людей зависит не от феи, не от злых духов или судьбы, а в значительной степени от них самих. Глубочайшим заблуждением надо считать мнение, что все зависит от определенных, раз и навсегда данных качеств и особенностей мужчины и женщины, от того, подходят ли они друг другу или нет. В действительности же по крайней мере столько же зависит от доброй воли супругов и, мы повторяем, кое-что от того, знают ли они и хотят ли они что-либо знать.

И чтобы нас поняли правильно, мы еще раз хотели бы оговориться, что имеем в виду в семье не вечное безоблачное счастье и не сентиментальную идиллию. В каждом, даже счастливом браке всегда случаются недоразумения, споры или даже, в зависимости от темперамента супругов, «бури». В этом нет ничего особенного. Семья, в которой не бывает споров, едва ли свидетельствует о том, что она является гармоничной.

Поэтому спор бывает иногда нужен, чтобы муж и жена имели возможность испытать радость примирения. В романе Гете «Избирательное родство» есть такое высказывание: «Я замечаю, что в семейной жизни споры полезны, ибо они помогают лучше узнать друг друга». Для того чтобы неспособность родителей к любви «не передавалась по наследству», они должны воспитывать у своих детей способность любить. Это не имеет ничего общего с так называемым «сексуальным просвещением» детей.

У детей можно воспитывать способность любить, не говоря им ни слова о том, каким образом появляются дети. Может случиться, что именно дети, которые все знают об оплодотворении, беременности и родах, могут потерпеть полное фиаско в любви. Что мы имеем в виду, говоря о вос-

питании у детей способности любить? Они должны развивать у себя способность к чему-либо или к кому-либо привязываться. Если они со всей страстью отдаются игре или со всей искренностью пяти- или шестилетних детей восхищаются другим человеком, то не нужно им мешать. Нет ничего хуже, чем смеяться над чувствами ребенка. Не запрещайте им дарить цветочки, камешки маленькой девочке, или мальчику, или «доброй тете». Вследствие того что мы нередко слишком легко или трагически воспринимаем первые чувства детей, они надолго замыкаются в себе или даже вообще переживают психический кризис. Мы должны со всей серьезностью относиться как к дружеским чувствам наших детей, так и к их игре. Только тогда они без забот обретут, как говорят психологи, «контактную способность».

Физиология человека — это в известном смысле и его психология. Причиной волнения и возбуждения, приводящего в движение нашу нервную систему и вызывающего острую разрядку — оргазм, могут быть как мысли, запахи и звуки, так и картины, скульптуры. Толчком для них может послужить воздействие половых гормонов на человеческий мозг. Однако мы всегда чувствуем это возбуждение и можем следить за его течением, можем усиливать это возбуждение или устранять его.

Начнем наши раздумья об искусстве любви с наблюдений врачей. В настоящее время некоторые семьи страдают от черствости, равнодушия и невнимательности мужчин.

Очень часто женщины жалуются на то, что мужчина, как только он удовлетворил свое половое чувство, тут же равнодушно отворачивается от женщины или даже засыпает. Поэтому мужчинам рекомендуется не засыпать раньше женщины и не просыпаться после нее. Он должен охранять ее сон. В основе такого поведения лежит идеал рыцарства. Нет ничего более трогательного, чем видеть засыпающую женщину, удовлетворенную и счастливую. Счастливый супруг будет тронут при виде мирно спящей жены. Но если они оба испытали счастье любви, то пусть они спокойно заснут вместе. Потом кто-нибудь из них проснется и, сердечно попрощавшись, перейдет в свою постель.

Почему мы говорим об этом? Потому что уже этот пример подводит нас к основным моментам нашей проблематики. Мы не хотим устанавливать каких-либо незыблемых законов

вроде: «Он должен бодрствовать!» Конечно, он не должен грубо отворачиваться от нее, чтобы тут же захрапеть.

Многие девушки, начитавшись о любви, начинают связывать с ней самые необыкновенные ожидания. После первого поцелуя они начинают анализировать свои чувства и очень часто задают себе вопрос: «И это все? И из-за этого столько шума?» Еще чаще молодая женщина после первого полового общения думает: «И это та прелесть любви, о которой я мечтала много лет?» Рядом с ней лежит усталый муж, который, сделав свое дело, спит сном праведника.

Нет, это было не все. Любовь также требует умения и упражнений. Хотя бы уже потому, что у нас первое половое сношение происходит значительно позже, чем в прежние века, мы должны разбудить дремавшие в годы бездеятельности нервные каналы. К тому же наши ощущения более дифференцированны. Мы не только ожидаем от полового акта более острого ощущения, но и можем испытать значительно больше того, что испытывают примитивные, менее сложные натуры.

Человек, никогда не слышавший классической музыки и знавший лишь простые народные мелодии, тоже не сможет сразу разобраться в симфонии Бетховена. Для этого требуется много знаний и большая подготовка: наше ухо должно упражняться, для того чтобы воспринимать отдельные голоса, темы, инструменты. Чем большую зрелость мы обретаем, чем больше мы слушаем хорошей музыки, тем больше наслаждения она нам доставляет. Точно таким же образом обстоит дело и с физической любовью человека нашего общества. Чем образованнее и культурнее он, тем более высокие требования он предъявляет и тем счастливее в любви.

В течение последних пятидесяти лет во Франции, Германии, Швейцарии и Австрии появилось значительное количество книг об ars amandi, то есть об искусстве любви. Но в то время как в античном мире, в культурах Востока, в Китае и Японии, Индии и Персии традиция в сфере искусства любви никогда не обрывалась, в нашей культуре в течение длительного времени, на протяжении жизни нескольких поколений всякий откровенный и искренний разговор об искусстве любви запрещался. В результате этого мы оказались в несколько странном положении. Это видно уже из того, что первые серьезные книги о половой жизни в период брака

вызвали настоящую сенсацию и были встречены в такой же мере отрицательно, как и положительно. Возникает вопрос: повинуется ли половая любовь человека лишь половому инстинкту, составляет ли она элемент природы или она является также элементом культуры? Греки и персы, индийцы и китайцы считают, что в человеческой жизни все должно быть освоено культурой и что человек должен проникать во все своим сознанием и своими нравственными законами.

В Германии половая жизнь была отделена от всего другого неким забором и рассматривалась как запретная зона. Повсюду вывешивались предупредительные таблички. Но сама половая любовь расцветала пышным цветом. Существовало мнение, что в этой сфере человеческой жизни все происходит само собой и что не стоит вообще тратить на это время, так как сластолюбие — это дьявольское наваждение и от него нужно как-то ограждаться.

Другой, более важный аргумент против обсуждения вопросов половой любви приводят люди, утверждающие, что в данном случае речь идет о безусловном рефлексе, который нет необходимости изучать. Они говорят, что не нужно и к тому же унизительно для человека обсуждать подробности полового акта. Но как мы уже говорили, одна из особенностей рода человеческого есть его постоянное обращение к проблемам половых отношений, и это происходит не только в настоящее время, но имеет свою тысячелетнюю историю у всех культурных народов.

С этой точкой зрения можно согласиться и можно даже добавить, что изобретательные влюбленные всегда сами варьировали и украшали примитивный половой акт. Но этому мнению противостоят наблюдения, проведенные врачами многих развитых стран, американских, английских и немецких,— наблюдения, свидетельствующие о том, что 60% женщин остается неудовлетворенными, а 30% — фригидны. (Приведенные данные приблизительны. Лишь Кинсей опирается на значительный фактический материал. Эти данные поступают главным образом от врачей, к которым, естественно, обращаются люди, нуждающиеся в помощи и совете. На прием к врачам все больше и больше приходит как фригидных, так и импотентных; о здоровых наши врачи знают еще очень мало.) Перед каждым, кто занимался этой проблемой, длинной вереницей проходят как разочарованные,

но примирившиеся со своей судьбой женщины, так и те, которые обвиняют и гневно требуют от жизни своего. Беда усугубляется еще больше в том случае, если вследствие грубости, неловкости мужчины и запуганности или неправильного воспитания женщины постепенно подтачиваются духовные основы брака или если — в более серьезных случаях — брак оказывается бесплодным, хотя оба супруга здоровы.

Люди — не звери. В нашей жизни ничто не может быть объяснено лишь биологическими причинами. Мы утоляем голод не как животные. Мы не можем удовлетворять свой половой инстинкт так, как это делают косули или зайцы, в этом акте участвует и наше сознание. Спрашивается, почему мы не можем сознательно усиливать наслаждение от половой любви, подобно тому как мы с помощью красивой посуды, цветов или искусного повара украшаем наш праздничный стол? Нет ничего зазорного в том, чтобы подобающим образом просветить молодых супругов в искусстве любви. Вообще говоря, просвещать дочь — это задача матери, так же как задача отца — просвещение сына. Но как мы уже указывали, в сфере действия нашей культуры в течение жизни нескольких поколений не было никакой преемственности и поэтому нет людей, которые могли бы передавать золотые зерна опыта любви. В прошлом буржуазная молодежь приобретала необходимые познания от проституток. Поэтому прекрасное искусство любви приобрело репутацию чего-то предосудительного.

О чем же идет речь в действительности? О том, чтобы доставлять друг другу взаимную радость, при этом мы особо подчеркиваем слово «взаимный». О том, чтобы в своих действиях выражать склонность, симпатию, глубокое взаимное доверие. Оно должно проявляться в готовности давать и принимать, в действиях и в радости удовлетворения другого человека. Почему так много фригидных женщин? Потому что они считают, что не должны отдаваться своим чувствам, а должны лишь выполнять свой долг [1]. Почему так много мужчин, которые остаются неудовлетворенными со своей женой, а с другой женщиной находят это удовлетворение? Потому что они не дают себе труда доставлять женщине удо-

[1] Фригидность женщины имеет более глубокие анатомо-физиологические и психологические причины.— *Прим. ред.*

вольствие, что они просто набрасываются на нее, что они требуют, вместо того чтобы пробуждать в ней желания и удовлетворять их [1].

За печальное состояние иных браков вина падает как на мужчину, так и на женщину. Какая женщина встречает своего мужа так, как она встретила бы гостя или возлюбленного? Неправильное воспитание привело к тому, что она даже себе не может признаться в желании провести ночь с мужчиной. Вследствие этого она и не решается подготовить этот праздник.

В противоположность большинству реформаторов половой жизни, считающих, что в этом деле ведущую роль должен играть мужчина, что он должен руководить своей женой, воспитывать и просвещать ее, мы придерживаемся того мнения, что, по крайней мере в будущем, женщина будет играть ведущую роль в половой жизни. И для этого есть серьезные основания. Женщина не только подчинена месячному ритму своих половых желез, но и острее реагирует своей нервной системой на настроение, на всякого рода отклонения и физическое напряжение. Если импульс исходит от нее, то вероятность взаимного наслаждения супругов значительно больше, чем если он исходит от мужчины. Если нервная система у женщины острее реагирует на воздействие внешнего мира, чем у мужчины, то, с другой стороны, она в большей степени покоится в себе, медленнее возбуждается и дольше находится в состоянии такого возбуждения. Любая женщина, и особенно сдержанная, может позволить себе роскошь наслаждаться своим мужем.

Он несколько дней был в отъезде. Он тосковал по ней, а она по нему. Должны ли они скрывать это друг от друга, как это часто происходит вследствие неправильного воспитания? Нет. Он возвращается домой и видит, что все очень мило прибрано. Как бы между прочим, она говорит: «Ванна готова. Белье я уже положила. Сама я уже искупалась». Как замечательно, что она рада и в предвкушении любви все уже приготовила для этого. Не только он желает ее, но и она желает его и без ложного стыда ясно дает ему понять это. Такой вечер не может быть неприятным.

---

[1] Неудовлетворенность мужчины также коренится во многих причинах анатомо-физиологического и психологического характера.— *Прим. ред.*

Любимой и любящей женщине ничего не стоит в любое время склонить своего мужа к любви. Это не всегда в полной мере удается мужчине, во всяком случае в начале семейной жизни и в современном положении в области любовных отношений. Почему бы жене не встречать иногда своего мужа, как желанного гостя? Она знает, что он придет сегодня на полчаса позже, чем обычно. Она встречает его, на ней красивое платье, она говорит ему, что уже уложила детей в постель и они только ждут, что он пожелает им спокойной ночи. «Сегодня я приготовила ужин для нас отдельно»,— говорит она. Он видит праздничную посуду, цветы в вазе. Разве не исчезнет у него раздражение, вызванное долгим заседанием, с которого только что пришел? Выражение его лица проясняется. Они ужинают не торопясь, с удовольствием, непринужденно разговаривают. Она рассказывает не о плохом поведении детей, а об их веселых проделках. Настроение их еще больше поднимается. «Какой замечательный вечер, может быть, нам погулять полчасика?» Они идут на прогулку. Приятно расслабленные и в то же время несколько возбужденные, они возвращаются домой. После этого им и спальня покажется более праздничной. Короче говоря, он знает, что в семье праздник.

Это не обязательно должен быть какой-то памятный семейный праздник. Желание проявить любовь к другому человеку сделало вечер счастливым, а погода и настроение помогли этому.

Приведенные примеры должны лишь разбудить творческую фантазию. Мы хотим лишь показать, как женщина может естественно, просто и ненавязчиво дать мужчине понять, что она очень хотела бы...

Если жена обладает большим опытом, то она может освободить его от какого-нибудь поручения или, наоборот, попросить его что-нибудь сделать. Ему тоже нужно давать возможность вносить свою лепту в общее дело.

Эти примеры должны лишь разъяснить распределение ролей. Но они не имеют никакого отношения к вопросу о равноправии, о распределении обязанностей по хозяйству, о потакании мужчине или чрезмерной услужливости женщины.

Ныне можно уже считать само собой разумеющимся, что какой-нибудь механик, возвратившись с завода на два часа раньше своей жены, работающей продавщицей, укладывает детей, накрывает на стол к ужину, так что его жена

может с облегчением вздохнуть и сесть за готовый стол. Он не отлеживается на диване, читая или слушая радио в ожидании того, когда с полной сумкой вернется жена, которая будет лихорадочно торопиться как можно быстрее закончить дела по хозяйству.

В общем, слово «соблазнять» имеет отрицательный оттенок. Человека соблазняют на что-нибудь плохое, его вводят в заблуждение, сбивают с правильного пути. Мысль о том, что жена должна соблазнять своего мужа, не следует понимать буквально. Впрочем, муж также мог бы это делать. Важно, чтобы кто-нибудь из супругов иногда отрывался от своей повседневной работы и сердечно обращался к другому, чтобы брак не становился тюрьмой и не наводил на них смертельную скуку.

Врачи, которые пишут о том, что мужчина должен воспитывать жену для любви, делают это не без основания. Они многократно наблюдали, что многие девушки, молодые женщины и матери не могут позволить себе счастья в любви. Причину этого нелегко обнаружить в каждом отдельном случае. В большинстве своем она заключается в том, что у нас, как мы уже говорили, нет никакой преемственности в вопросах сексуального воспитания и потому матери не могут серьезно разговаривать с дочерью на эту тему. Но и большинство мужчин вступает в брак совершенно неподготовленными, своей грубостью и бестактностью они причиняют женщине в первое время такой вред, что иные из них вообще разочаровываются в браке. И наконец, причина заключается и в том, что сложная система нервной гармонии, безотказное функционирование которой только и делает возможным любовное переживание, вследствие высокой ступени нашего общественного развития около десяти лет бездействует.

Как выйти из этого заколдованного круга? Молодые мужчины вследствие своего недостаточного воспитания и руководства со стороны старших едва ли в состоянии сами создать новую культуру половой жизни. В лучшем случае они могут дать толчок, выразить желание или, точнее говоря, готовность подчиниться руководству женщины. Последние же, страстно мечтая о более содержательной половой жизни, еще не знают, каким образом следует воспитывать мужчин. У них нет примеров для подражания, их матери столь же беспомощны, как и они сами. Когда начинаешь разговаривать с девушками и женщинами откровеннее, то они неизменно высказывают

опасение, что если они не уступят желаниям мужчин, то те бросят их, заведут себе другую. Опасаясь этого, девушки и молодые женщины нередко пренебрегают своим физическим самочувствием. Однако таким образом невозможно создать культуру половой любви. Когда же девушки и женщины отдаются мужчине против своего желания, не из физической склонности, а из страха вызвать его недовольство, то наслаждение испытывает лишь одна сторона, если при этом вообще что-либо получается. Господство мужчины все еще сохраняется. Но так как подлинное равноправие является предпосылкой для установления новых, более гармоничных отношений между полами, то, по нашему мнению, нет иного пути, как путь, который позволит женщине взять руководство половой жизнью в свои руки. Но это потребует от женщины серьезного отношения к вопросам культуры половой жизни. Сначала она должна уяснить себе значение полового удовлетворения для обоих супругов и понять условия, которые должны быть созданы для достижения этой цели. В настоящее время суждения по этому вопросу колеблются от полнейшего игнорирования до его совершенно неоправданного преувеличения. По-иному должны быть осмыслены способы привлечения женщины, и не только перед браком, но и в период семейной жизни. Равноправие ни в коей мере не должно делать жизнь скучной и бесцветной. С другой стороны, и женщины должны отказаться от некоторых форм привлечения мужчины, от так называемого завлечения и соблазнения. Уважающая себя женщина не должна стремиться поднять уважение к себе постоянным испытанием на мужчине своей эротической силы. Это необходимо было женщине в период ее угнетения, теперь же равноправная женщина не нуждается более в таком подтверждении своего человеческого достоинства.

В настоящее время существует опасность того, что молодые люди будут видеть в половой любви лишь ни к чему не обязывающую игру. Причина этого заключается в том, что способы предохранения от беременности уже хорошо известны, всякая щепетильность отбрасывается, церковные нормы морали утратили свою обязательную силу, авторитет родителей и учителей незначителен, а социалистические нормы взаимоотношений людей находятся лишь в стадии становления. Люди наслаждаются любовью, как хорошей едой или легкой музыкой. Но именно против такого отношения к любви мы должны решительно бороться. Уже нередко серьезные

девушки и юноши задают себе вопрос: существует ли большая любовь вообще? Не растрачиваем ли мы по мелочам то, что могло бы быть глубоким чувством? Этим объясняется призыв к женщине. В ее власти не только сделать возможной, но и сознательно подготовить и аранжировать большую человеческую любовь.

Века и тысячелетия тому назад, когда девушки и молодые мужчины вступали в брак, как только они достигали половой зрелости, взаимодействие нервов, приводящее к оргазму, практиковалось достаточно широко. Нам ничто не дается без практики, без упражнения, даже способность передвигаться или стоять на месте. Мы всему должны учиться.

Многочисленные окончания нервной системы, каналы и переключающие центры, а также бесчисленные клетки в головном мозгу, которые должны вступить во взаимодействие, чтобы вызвать сладостное чувство полового влечения, в наше время оказываются неподготовленными у очень многих молодых супругов.

Не удивительно поэтому, что в первое время они не испытывают такого чувства, о котором мечтали, наслышавшись всяких рассказов. Здесь могут помочь лишь терпение и знания. Но если Ван де Фельде, например, считает, что мужчины должны приобретать знания и опыт, чтобы обучать своих молодых жен, то я полагаю, что молодая женщина должна в первую очередь приобретать такие знания, чтобы в настоящее время и в будущем вести половую жизнь по пути, достойному человека. Тем самым женщина еще раз покажет, что она не желает больше быть объектом половых инстинктов мужчины.

Ван де Фельде допускает две главные ошибки. Во-первых, он приписывает своим наблюдениям всеобщий характер, во-вторых, он стремится к чрезмерной систематизации. Его обобщения причинили большой вред. Тысячи читателей его книг решили, что они должны действовать только так, как это считал правильным он. Но человеческая жизнь не так стереотипна. Кроме того, дело вообще не в том, чтобы жить по какой-то схеме, а в том, чтобы проявлять личную жизнеспособность. Быть жизнедеятельным и счастливым. В данном случае задача состоит в заботе о счастье других и способности находить собственное счастье. Если это случится не по схеме Ван де Фельде, то это также может быть вполне допустимо.

Другая ошибка—систематизация — является менее серьезной, поскольку Ван де Фельде особое значение придает в любви начальной стадии и эпилогу.

В пуританские времена в сфере действия нашей культуры мужчины, следовавшие официальному толкованию половой любви, все больше и больше ограничивались актом оплодотворения. Мужчина и женщина выполняли лишь свои супружеские обязанности, рассматривая их как задачу сохранения своего государства или своего сословия.

При этом духовной жизни женщины уделялось крайне мало внимания. Поэтому следует быть благодарным Ван де Фельде за то, что он вновь правильно определил значение начальной стадии любви и ее эпилога. Многие читатели ошибочно истолковали его, стремясь играть лишь увертюру и пренебрегая по меньшей мере столь же важным эпилогом.

В конце своей книги «Совершенный брак» Ван де Фельде писал: «Эту главу о физиологии человека нужно было наконец написать». В этом он совершенно прав. Ее нужно было написать, особенно для врачей, так как и они в большинстве своем не знали физиологии половой любви человека. До этого они ограничивались лишь описанием человека как млекопитающего, забывая при этом, что его отличительная особенность есть сознание и отношение к другим людям.

В перспективном плане развития медицинской науки перед врачами ставится задача сделать вверенных им людей здоровыми. Однако лишь немногие знают, что человеку можно помочь, лишь подходя к нему с человеческой точки зрения. К сожалению, приходится констатировать, что ныне далеко не все врачи, даже не все гинекологи, могут оказать помощь молодым супругам, обращающимся к ним за советом. В институтах наших врачей учат лечить больных. Они учатся точно ставить диагноз болезни и столь же уверенно ее лечить. Однако их не учат просвещать здоровых, с тем чтобы они берегли свое здоровье. Впрыскивание гормонов и гормоновые таблетки в большинстве случаев не приносят пользы супругам, нуждающимся в помощи.

Подобно тому как необязательно всем детально знать физиологию кровообращения, точно так же нет необходимости в данной книге подробно излагать психологию пола. Кто по какой-либо причине желает глубже познакомиться с данным предметом, может обо всем этом прочитать в соответствующей литературе.

После Ван де Фельде многие авторы писали книги, содержащие рецепты для супругов или будущих супругов. Недостаток всех этих книг двоякого рода:

1. Они не могут быть применены к каждому отдельному случаю. Может случиться, что какому-нибудь читателю этих рецептов книга не поможет. Отныне он начинает считать себя больным, ненормальным, чувствовать себя отверженным, не будучи таковым в действительности. Он представляет собой не что иное, как физиологическую разновидность. Тысячи людей читали подобные книги, пытались следовать им, но терпели неудачу.

2. Второй недостаток книг-рецептов обнаруживается в том случае, если их читают слишком поздно. Многие обращаются к книгам уже после того, как потерпели неудачу в жизни. И теперь они хотят понять, *что* они делали неправильно. Но так как тот или иной рецепт не подходит ко всем случаям жизни, то они приходят к ошибочным выводам, впадают в раскаяние и, следовательно, не получают никакой пользы.

Полезной может быть лишь такая книга, в которой разъясняются принципы, помогающие читателю в каждом отдельном случае самому находить правильный путь, находить квалифицированных людей, которые сумеют определить болезнь и способы ее лечения.

Противоречия между характером реакции у большинства мужчин и женщин имеют, по-видимому, общественные и биологические причины. Другими словами, общественные противоречия отражаются и на взаимоотношениях между мужчиной и женщиной. Поэтому можно ожидать, что с разрешением других противоречий на более высокой ступени общественного развития совместная жизнь мужчины и женщины станет более гармоничной, что отнюдь не устранит естественного взаимного интереса обоих полов. Однако нельзя думать, что противоречия между мужчиной и женщиной, обусловленные общественными факторами, исчезнут сами собой. Напротив, мы должны активно устранять эти противоречия. Первым шагом на пути к этому является необходимость их полного осмысления.

Теперь мы подходим к вопросу о формах привлечения и возбуждения женщины, о проявлениях нежности между мужем и женой. К сожалению, в нашей стране многие считают, будто счастье в половой жизни после вступления в брак — вещь сама собой разумеющаяся, что после регистра-

ции в загсе жизненный корабль при всех условиях приведет нас в счастливую гавань. Это вполне может случиться, но часто жизнь складывается иначе. Дети, выросшие в счастливых семьях и наблюдавшие внимательное, предупредительное и сердечное отношение родителей друг к другу, легче найдут свое место в жизни, чем дети в семьях, возникших по принуждению или на основе голого денежного расчета. Особенно тяжела судьба детей там, где брак оказался несчастливым. Впрочем, бывает и так, что в этих семьях дети развиваются совсем в другом направлении. Они стремятся устроить свою жизнь лучше, чем их родители.

В представлении кинозрителей или читателей романов после свадьбы следует медовый месяц, период неизъяснимого блаженства. В кино часто показывается, как молодожены едут в Италию или по крайней мере в Альпы. Но как обстоит дело в действительности?

Во-первых, перед двумя мировыми войнами не все ездили в Италию, так же как и в настоящее время не все молодожены отправляются в Португалию или на Адриатическое море.

Для многих молодых людей период после свадьбы в настоящее время немногим отличается от предшествующего времени. Бывает и так, что и после свадьбы у них нет собственной квартиры, за нее им приходится еще бороться. Они уже узнали друг друга до свадьбы в совместных походах, поездках и в повседневной жизни.

Для других же период после свадьбы является как раз тем временем, когда они узнают друг друга в повседневной жизни, когда они проводят сложный эксперимент первого полового сближения, совместной жизни.

Наше общество, которое никого не допускает к работе без экзамена, не разрешает садиться за руль автомашины без водительских прав, требует от всех образования, в то же время допускает молодоженов без всякой подготовки проводить жизненно важный для них эксперимент. Удивительно ли после этого, что этот эксперимент часто оканчивается неблагополучно? Является ли медовый месяц действительно «медовым»? К сожалению, зачастую нет. Но должно ли это быть так?

Не следует ли полностью отказаться от свадебного путешествия как чего-то старомодного? Я думаю, что этого делать не нужно. Оно имеет свои достоинства, так как молодожены на первое время покидают своих родителей и родст-

венников, что в наше время чрезвычайно важно, поскольку их семейная жизнь начинается, как правило, у его или у ее родителей в одной или двух комнатах. К тому же свадебное путешествие переносит первые трудные недели жизни куда-нибудь на лоно природы. Это не обязательно должна быть Болгария, Мекленбург. Рудные горы или Тюрингский лес вполне подходят для этой цели. Не обязательно нужна и роскошная гостиница — палатка, профсоюзный дом отдыха столь же хорош, если не лучше.

Что должны знать молодые мужчины о женщинах, чтобы избежать тех разочарований, о которых часто пишут?

Нервная система возбуждается у женщины медленнее, чем у мужчины. Поэтому ей нужно дать больше времени. Но наибольшую осторожность нужно проявлять по отношению к молодой девушке, которая еще не имела половых сношений. Мы уже говорили, что нервные каналы, необходимые для возбуждения полового чувства, в течение многих лет не функционировали. И поэтому нельзя думать, что они сразу же станут реагировать на непривычные для них возбуждения. Следовательно, молодой человек не должен набрасываться на женщину, как охотник на свою дичь. Если она еще девственница, то испытывает страх перед первым объятием. Поэтому муж не должен во что бы то ни стало добиваться от жены первого полового сношения обязательно в «первую ночь», а спокойно переждать несколько дней, чтобы в процессе повседневного общения у женщины полностью прошел страх.

Впрочем, потеря девственности не является катастрофой, как это нередко представляется. Девственная плева лишь крайне редко закрывает вход во влагалище. В большинстве случаев она имеет форму лунного серпа. Эта пленка надрывается, причиняя женщине слабые болевые ощущения. Кровотечение, которое при этом начинается, чрезвычайно незначительно, в большинстве случаев не более нескольких капель. Лишь в крайне редких случаях твердая плева противостоит усилиям мужчины. В этих случаях врач должен сделать легкий надрез.

Мы уже задавали вопрос о том, что должен знать мужчина о женщине и что должна знать женщина о мужчине.

Его половые железы постоянно образуют сперматозоиды. Выделяемые семена скапливаются в семенных пузырьках. Через некоторое время созревший в половом отношении муж-

чина испытывает неопределенное желание разрядки. Это чувство, появляющееся через определенные промежутки времени, желание разрядки, освобождения от накопившегося семени незнакомо женщине. Но она должна знать, в чем дело, если это желание разрядки проявляется в жестах, движениях и словах. Речь идет не только о физиологическом напряжении и последующем освобождении. С точки зрения возбудимости половых органов нервная система у мужчины более чувствительна, чем у женщины. Мужчина приходит в половое возбуждение от самых различных раздражителей. К ним относятся слова, изображения, звуки, запахи и движения. Как только у мужчины пробудился интерес к женщине, его половое чувство усиливается очень быстро. Правда, это возбуждение у мужчины и проходит столь же быстро и он легче поддается направляющему руководству, чем женщина.

Здесь возникает еще вопрос: обусловлено ли это различие в строении нервной системы у мужчин и женщин какими-то особыми причинами? Объясняется ли оно различием мужских и женских половых гормонов или оно возникло в Европе в процессе ее многовековой истории? Говорят, что во многих странах этой проблемы не существует. Насколько нам известно, в Японии, Индии, Китае почти отсутствуют так называемые фригидные женщины. Поэтому не исключено, что различие, которое мы вынуждены констатировать, обусловлено историческими причинами. Но как бы ни возникло это различие, мы должны пока что считаться с ним и преодолевать его в интересах мужчины и женщины.

Многие врачи предпринимали попытки графически изобразить это различие. Наиболее известны схемы гинеколога Ван де Фельде и антрополога Фрица Кана. По этим схемам типичная кривая полового возбуждения у мужчины и женщины представляется так, как это изображено на следующей странице.

Правда, мы должны тут же заметить, что не все мужчины и не все женщины реагируют подобным образом. Есть женщины, у которых кривая полового возбуждения аналогична кривой у среднего мужчины. Задача супругов состоит в том, чтобы приспособиться друг к другу. Нельзя требовать лишь от одного из супругов, например от мужчины, чтобы он путем отвлечения внимания или замедления приспосабливался к женщине, или наоборот, чтобы женщина одна подни-

Рис. 72—77. Попытка схематического изображения процесса полового возбуждения у мужчины и женщины (по Ван де Фильде, Фр. Кату и др.).

Рис. 72. Кривая у мужчины. Быстрый, сначала ступенчатый, а затем крутой подъем. После кульминации очень быстрый спад. Кратковременное продолжение, а затем возвращение к спокойному состоянию.

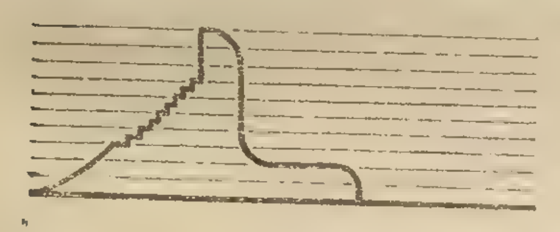


Рис. 73. Кривая у женщины. Значительно более медленный подъем. После кульминации постепенный, медленный спад до спокойного состояния.

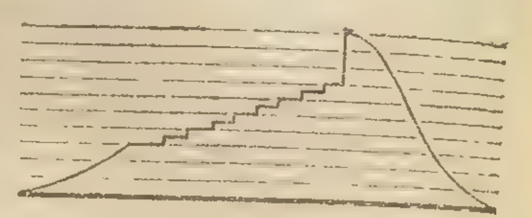


Рис. 74. Сравнение кривой у мужчины и женщины. Они не совпадают. Кульминация наступает у женщины позднее, чем у мужчины.

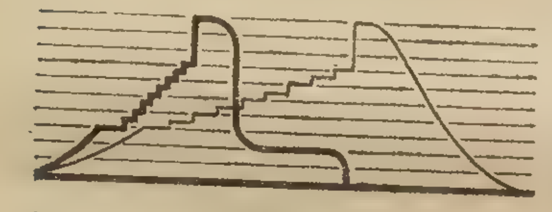


Рис. 75. Так как кульминация наступила у мужчины в тот момент, когда у женщины возбуждение лишь началось, кривая у женщины вообще не достигла высшей точки.



Рис. 76. Первая возможность уровнять обе кривые: женщина расслабилась и приспособилась к мужчине, так что подъем у обоих начинается примерно одновременно. Обратите внимание на то, что у женщины спокойное состояние наступает позднее, чем у мужчины

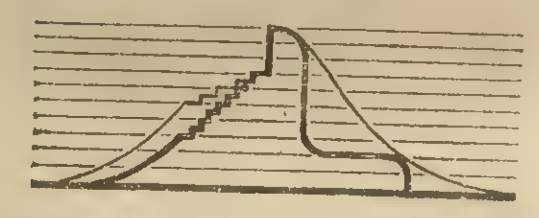
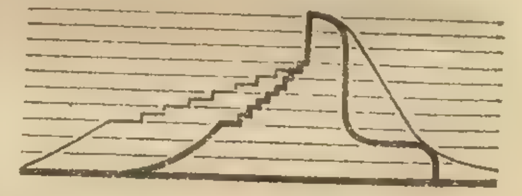


Рис. 77. Вторая возможность. В результате предварительного возбуждения (поцелуи, поглаживания и т. д.) кривая у женщины уже достигла определенной высоты, прежде чем начался подъем у мужчины. В этом случае они достигают кульминации примерно одновременно.



мала кривую своего полового возбуждения. И он и она хотят быть счастливыми друг с другом, поэтому оба они должны стремиться приспособиться один к другому. Этот совет особенно полезен потому, что он относится ко всем случаям в половой жизни. Любящий муж через несколько недель уже

будет знать, быстро или медленно возбуждается его жена, долго ли это возбуждение продолжается или она быстро возвращается в состояние покоя. То же самое относится и к женщине.

Большинство женщин «любит слухом». Женщине можно десять раз в день повторять, что она самая милая, самая очаровательная, самая прекрасная. Даже умные женщины с удовольствием выслушивают это, хотя они прекрасно знают себя. Они знают, что этим словам не следует придавать слишком серьезного значения, но тем не менее они никогда не устают слушать их. Это не изменится и тогда, когда между мужчиной и женщиной установится подлинное равноправие и повысится уровень образования женщины. Даже если женщина — прокурор, то и тогда она может шесть раз на день спрашивать мужа, любит ли он ее, и шесть раз с глубоким удовлетворением выслушивать, как он неизменно подтверждает ей это в разных вариантах.

Нечуткие, нечувствительные мужья нередко отмахиваются от своих жен: «Что ты все спрашиваешь одно и то же? Я ведь говорил тебе об этом сто раз». Такие мужья никогда не давали себе труда понять своих жен. Более чуткие мужья меняют формы ответов или предупреждают вопросы: «Я не говорил тебе сегодня, что ты чудесно выглядишь?» Она конечно, скажет «нет», если даже слышала комплименты всего лишь пятнадцать минут тому назад, ему же нужно немедленно исправить свое упущение. Это всегда разумно и уместно. Искусство иного ловкого соблазнителя состоит лишь в знании этой слабости женщины и в умении пользоваться ею, кстати, соблазнители — зачастую пустые и глупые люди. Странно наблюдать, когда какой-то пустой фат отбивает у вполне порядочного человека жену только потому, что он нашептывает ей ласковые слова, а супруг не делает этого, хотя и любит свою жену. При этом женщина может отлично понимать, что этот человек — краснобай и льстец и что он сам не верит тому, о чем говорит. Она прекрасно знает себя, но иногда ничто не помогает.

Супруги должны откровенно говорить друг с другом. В результате многолетнего неправильного воспитания они не решаются высказать свои желания. Вследствие этого женщина или мужчина в течение длительного времени ждут, что кто-нибудь из них сам найдет ключ от замка. При этом супруги не только теряют много драгоценного времени своей

юности, но у них постепенно появляется чувство разочарования, и потом требуются большие усилия, чтобы рассеять разочарование и взаимное непонимание. Муж и жена хотят быть счастливыми друг с другом и телесно. И он и она желают счастья себе и другому. Что может быть проще, чем выразить другому свои желания. Если женщине доставляет удовольствие, когда мужчина кончиками пальцев слегка проводит вдоль ее позвоночника, то она должна ему сказать об этом, а не играть в прятки, как это делают и в наше время многие влюбленные и даже люди, состоящие в браке. Другой должен все «отгадать». Если он высказывает какое-то желание (причем необязательно это пожелание сексуального характера), то в ответ он слышит что-то невнятное, полунамеки, полупризнания. Но особенно вредно такое бессмысленное жеманство среди молодых супругов. Если бы они были откровенны, то они быстро указали бы друг другу правильный путь, но они, видите ли, не могут позволить себе эту откровенность из опасения, что партнер сочтет его бесстыдным, сластолюбивым. Но как только они избавятся от первоначальной робости, связанной с возможностью свободно наслаждаться тем, что им до этого было запрещено, то есть с возможностью наслаждаться и доставлять наслаждение другому человеку, они быстро узнают, каким образом они могут доставлять друг другу наибольшее наслаждение. Они узнают, какие участки человеческого тела особенно чувствительны к физической ласке.

И в этом отношении люди отличаются друг от друга. У одних более чувствительна кожа на затылке или на спине, у большинства женщин — грудь, особенно около сосков. Поцелуи и нежные прикосновения языком к соскам вызывают у женщины приятные ощущения. Другие женщины любят, когда мужчина гладит или целует у них внутренние стороны локтевого сгиба. Кожа живота также чувствительна к ласкам. Бедра, колени женщины чутко реагируют на прикосновения любящего мужчины. Нежное поглаживание позволит мужчине заметить, что внутренние стороны бедер женщины особенно чувствительны к его ласкам, и его рука невольно потянется к лону. Нежно поглаживая его, он подготовит вход во влагалище к введению полового члена. Мужчина не должен предпринимать попытку до тех пор, пока преддверие влагалища не станет влажным и слизистым. Здесь может обнаружиться, достаточно ли чувствителен муж-

чина. Он должен почувствовать, принимает ли его женщина с радостью или она внутренне противится ему. Что здесь является причиной, привитая ли воспитанием робость или неопытность молодого человека? Причинил ли он ей боль или вызвал неприятное чувство? Мужчина не должен проявлять нетерпение: чрезмерной требовательностью или силой можно лишь все испортить. Женщине следует посоветовать самой ввести половой член во влагалище. Тогда мужчина будет уверен, что он не причиняет ей боли и принимается ею с радостью.

Мы надеемся, что читатель понял, что важна здесь естественность и чистая радость взаимного наслаждения. Если между супругами существует полное взаимопонимание, то вопрос о положении при половом акте несуществен. Положение на спине подходит женщине так же хорошо, как и мужчине. Но и от положения на боку не следует отказываться. Именно это положение наименее утомительно для женщины, поэтому гинекологи рекомендуют его тем из них, которые с трудом выдерживают чрезмерную тяжесть.

Если женщина лежит на спине, то она остается сравнительно пассивной, а мужчина должен проявлять активность. Иногда бывает целесообразно подкладывать женщине под крестец маленькую подушечку, чтобы приподнять ее таз. Мужчина должен опираться на локти, а не ложиться всей своей тяжестью на женщину. Но и этот совет не обязателен для всех. Должна ли женщина раскинуть ноги или после введения полового члена плотно сдвинуть их вместе, охватить ли ей голенями бедра мужчины — все это предоставляется на усмотрение обоих партнеров.

Если мужчина лежит на спине, то активную роль должна играть женщина. Это положение, особенно характерное для периода классической древности, удобно в том случае, когда мужчина значительно превосходит женщину ростом и тяжестью. Но в этом случае мужчина также должен подложить себе под крестец маленькую подушечку. Так как в этом положении время и интенсивность соединения определяет женщина, оно наименее трудно для нее. При желании женщина может осторожно опуститься на мужчину. Она может медленно усиливать наслаждение, добиваясь одновременного наступления половой разрядки.

Как влияет положение партнеров при половом акте на зачатие? Как правило, супруги желают ребенка, и часто

они с беспокойством задают вопрос гинекологу, как может наилучшим образом произойти зачатие. В этом смысле почти все положения равноценны. В отдельных случаях гинеколог после медицинского осмотра может дать совет в зависимости от того, подвижна ли матка, наклонена вперед или назад или фиксирована. Вообще можно сказать, что семенная жидкость дольше всего остается во влагалище, если мужчина лежит на женщине. Упомянутая подушечка под крестцом улучшает положение. Если женщина лежит на мужчине, то часть семенной жидкости вытекает. Однако не следует думать, что второе положение имеет какое-то значение в предупреждении зачатия. При хорошей согласованности между супругами в момент половой кульминации открывается маточный зев и семенная жидкость выбрасывается в канал маточной шейки. При этом совершенно безразлично, лежит ли женщина на спине или на боку, на мужчине или в каком-либо другом положении. Существенное представляется вопрос о том, как глубоко входит орган оплодотворения во влагалище. Вообще (мы исключаем особые случаи анатомического строения обоих партнеров) мужской половой член глубже всего проникает во влагалище в положении мужчины на спине. Нередко он касается внешней стороны маточного зева. Если матка находится в нормальном положении, то в таком случае возможность оплодотворения является наиболее вероятной.

В наших широтах супруги совершают половой акт в постели. В других странах мужчина и женщина обнимаются сидя или в положении на корточках. Например, мужчина может по-турецки сидеть на подушке или на ковре, а женщина, обращенная к нему лицом, может, раскинув ноги, покоиться на его бедрах, охватив голенями его поясницу. Это положение можно очень часто видеть на персидских и индийских изображениях. Европейские путешественники сначала находили их неприличными. Однако они отнюдь не таковы. Они лишь отражают то, что в этих странах считается в порядке вещей. И напротив, многие неевропейские народы находят господствующую в Европе форму полового сношения некрасивой.

Для чего мы делаем эти замечания? Они должны отмести какое бы то ни было высокомерие или погоню за сенсацией. В половом сношении допустимым является то, что доставляет наслаждение обоим партнерам. Каким образом супруги

достигают половой разрядки, как они устраиваются, чтобы половое наслаждение было взаимным, это их дело. Так как люди любят друг друга всеми чувствами, то они, в основном, перешли к положению, при котором лица любящих обращены друг к другу. Старое положение, заимствованное из животного мира, когда мужчина передом обращен к спине женщины, у всех народов встречается все реже и реже. Однако и его нельзя считать каким-то отклонением от нормы.

Этими немногими замечаниями мы можем закончить наш разговор о положении мужчины и женщины при половом акте.

Если супруги любят друг друга, то все хорошо и все правильно, что не причиняет им обоим или одному из них физических или нравственных страданий.

Иногда при половых сношениях возникают трудности такого рода, когда у кого-нибудь из супругов слизистые железы работают слишком медленно или недостаточно интенсивно. Этому горю легко помочь. Для этого нужно смочить сухую слизистую кожу слюной, растительной слизью, жирной эмульсией или мазью.

Очень много споров вызывает вопрос об интенсивности половых сношений. Причем эти споры совершенно излишни. Интенсивность половых сношений определяется их последствиями. Если оба чувствуют себя веселыми и бодрыми, то это значит, что сношения были нормальными. Если они чувствуют утомление и усталость, то это значит, что норма была превышена. Давать какие-либо советы не имеет смысла. Сколько раз отдаваться друг другу в течение одной ночи, один или несколько раз? Очень часто во второй раз женщина испытывает большее наслаждение, чем в первый, так как ее нервная система возбуждается медленнее, чем у мужчины. Не обязательно второй акт должен немедленно следовать за первым. В зависимости от темперамента партнеров они могут быть отделены более или менее длинной паузой. Вообще же здесь можно сказать то же самое, что было сказано об интенсивности половых сношений вообще: каких-либо рецептов давать нельзя. Ответ на вопрос о том, правильно ли вы действовали вечером, вы получите на следующий день. Как ведет себя женщина утром? Если она весела, бодра, нежна, это значит — все было в норме. Если же она угрюма, раздражительна, выглядит усталой, то можете считать, что она не испытала радости. Но и по поведению мужчины мож-

но определить, все ли было в порядке. По тому, как он себя ведет — молчалив ли, невесел или, наоборот, напевает и насвистывает мелодии, шутит с женой и детьми,— женщина может легко определить, все ли было хорошо. Старое изречение «post coitum omne animal triste» («после совокупления каждый зверь печален») неправильно. Оно принадлежит пресыщенному римлянину, мнение которого не может определять норму нашего поведения.

Многие стороны человеческих отношений страдают вследствие того, что представления о себе и своем партнере складываются под влиянием определенных нормативов. Конечно, все мы живем, следуя тем или иным примерам, и приспосабливаемся к общепринятым нормам нашего времени, подобно тому как наши предки следовали своим нормам.

Однако, если молодой человек требует от своей жены, чтобы она походила на какую-нибудь кинозвезду, если он требует, чтобы у нее обязательно был бюст Лоллобриджиды, то это уже становится настоящим бедствием. Десятки полученных мною писем, полных тревоги и даже отчаяния, касаются этого «грудного» комплекса у молодых мужчин. У некоторых знаменитых кинозвезд, с медицинской точки зрения, имеет место непомерное развитие грудей (что следует считать отклонением от нормы для такой стройной женщины), развитие, которое было превращено рекламой в идеал. Дело вовсе не в том, чтобы грудь девушки соответствовала какому-то созданному рекламой образцу. Каждая здоровая женщина имеет грудь, соответствующую общей ее конституции. Небольшая по размеру грудь в большинстве своем функционирует даже лучше, чем большая, пышная, то есть она в течение нескольких месяцев дает в достаточном количестве молоко. В этом, собственно, и заключается ее функция, а не в том, чтобы быть сексуальной приманкой. Стройная девушка может быть довольна своей грудью, и молодой человек не должен строить недовольную гримасу. В таком случае ему следовало бы поискать себе полную женщину. Но у той были бы более короткие ноги и другой темперамент, который тоже, вероятно, не подошел бы ему.

Впрочем, все это подвержено влиянию моды. В наше время в моде кривая линия. Тридцать лет тому назад модной была стройная фигура. В то время девушка, у которой, по ее мнению, была слишком большая грудь, любыми ухищрениями стремилась сгладить округлости.

К старым заботам молодых влюбленных прибавились новые. Раздумья о половой жизни, сами по себе весьма желательные, привели к тому, что мужчины и женщины надеются испытать в объятиях все блаженства любви. Это в жизни бывает далеко не всегда. Подобно тому как поэту не каждое стихотворение удается в равной степени, хороший художник может нарисовать и посредственную картину, а у хозяйки может не получиться воскресный пирог, так и любовные объятия не всегда сопровождаются бурными наслаждениями. И здесь не помогут взаимные обвинения. Когда же супруги письменно или устно обращаются за консультацией, то оказывается, что иногда они все же доставляли друг другу счастье любви. Однако они хотят, как это часто делают современные люди, получать все одинакового качества, в одинаковой упаковке и с полной гарантией. Они хотят любовь потреблять. Но этого быть не может. Люди должны проявлять по отношению друг к другу терпение, никогда не упрекать друг друга, в крайнем случае подумать, в чем причина неудачи. Может быть, один из партнеров был слишком нетерпелив? Или, может быть, другой устал? Или оба в своих чувствах слишком забегали вперед, чего не следует делать? Они углубляются в себя и в партнера, вместо того чтобы отдаваться любви.

Таким образом, многие из одной крайности впадают в другую. Раньше они не позволяли себе чувственной любви. Женщины выполняли лишь свой «супружеский долг» и считали вполне естественным, если они не испытывали никаких или почти никаких чувств. Теперь же каждая ночь должна приносить блаженство. Но разве нужно всякий раз подниматься на вершины блаженства? Разве путешествие по холмистой местности не обладает своей особой прелестью? Иными словами, разве более спокойное наслаждение не может принести глубокого счастья? Не только может, но и действительно приносит. Мы должны учиться воспринимать более тонкие различия, считаться с личностью друг друга, придавать каждой встрече с любимым человеком особое своеобразие.

Опасаясь появления в семейной жизни скуки, многие придают слишком большое значение второстепенным вопросам. Первый из этих вопросов — должны ли супруги спать в общей спальне или каждый должен иметь отдельную спальню?

Отвлечемся сначала от экономической стороны вопроса, к которой мы еще вернемся. Считается очень аристократичным, если супруги имеют раздельные спальни. Так делают в «порядочных» семьях. При этом имеются в виду действительно отдельные спальни, а не откидные кушетки. Естественно, все редкое кажется более привлекательным и дорогим, но кто мог раньше иметь отдельные спальни? В большинстве своем люди, которые не имели друг с другом ничего общего. Работающие супруги расскажут друг другу перед сном гораздо больше, чем за обеденным столом.

Несколько иначе обстоит дело в современных семьях: у мужа и жены разные профессии, они возвращаются с работы в разное время. Нередко случается, что один хочет спать, а другому еще нужно заниматься. Таким семьям угрожает опасность. В первые годы они должны накопить опыт наилучшей организации совместной жизни. Если у супругов только одна комната, в которой они работают и спят, то с гигиенической точки зрения это совершенно ненормальное явление. Общая комната и спальня должны иметь различный климат. Причем мы имеем в виду не только температуру (в общей комнате 18—20°, в спальне 13—15°), но и обстановку. В спальне не должно стоять много мебели, стены должны быть покрашены в спокойные тона. В ней не должно быть картин или в крайнем случае одна, которая не слишком бросается в глаза. В жилой же комнате и в рабочем кабинете картины, обои, мебель должны действовать стимулирующе. В спальне нельзя курить. В рабочем кабинете же в большинстве случаев курят. Если зимней ночью широко открывают окно, то утром в общей комнате холодно и в квартире невозможно найти теплого местечка, чтобы нормально позавтракать. Идеалом является уже общая спальня и для каждого маленькая рабочая комнатка. Разве совместная спальня — это мещанство? А если это лучше с гигиенической точки зрения и во многих отношениях практичнее? Нет необходимости над кроватью обязательно вешать картину «Хоровод эльфов» и драпировать лампы в розовый цвет. Не обязательно женский туалетный столик ставить в спальню. Спальня, которую мы имеем в виду, должна быть не мещанской, она должна быть простой.

В один прекрасный день в нормальной семье появляется первый ребенок. Где должна стоять его кроватка, в общей спальне или нет? И еще вопрос, который встанет

года через три-четыре: где спать уже повзрослевшему ребенку?

Авторы, проявляющие заботу о прочности семьи и рекомендующие раздельные спальни, пишут также о том, что мужчина не должен одеваться или раздеваться перед своей женой.

Во-первых, большинство этих книг написано для состоятельных людей. Во-вторых, разве мужская одежда всегда будет такой нелепой? Фриц Кан описывает, каким нелепым выглядит мужчина (каким бы статным он ни был вообще), когда он вылезает из своего фрака, из своих кальсон, подвязок и т. д., в то время как вид красивой раздевающейся женщины, сбрасывающей с себя прозрачные одежды, вызывает у мужчины эротическое чувство. Что же, на это можно лишь сказать, что мужчине еще можно помочь. Ему следует лишь так же практично одеваться, как это делает женщина.

Впрочем, в этих вопросах не следует проявлять ту робость, которую обнаруживают поборники психоанализа. В их приемных все больше и больше появляется мужчин и женщин, обладающих повышенной чувствительностью то ли вследствие скуки и пресыщения, то ли вследствие сложных переживаний в детстве и юности. Молодой человек не должен дуться на свою жену, если она в холодную погоду наденет длинные шерстяные чулки и поверх теплого белья еще наденет и шерстяные рейтузы. Напротив, он должен сам заботиться о том, чтобы она предохраняла себя от простуды и тем самым берегла свое здоровье.

Как отдаваться друг другу, обнаженными или одетыми? Как правило, обнаженными, так как нам доставляет большее удовольствие ощущение любимого человека на большей площади соприкосновения.

Перед половым сношением спальня должна быть слегка натоплена.

Следует ли спальню затемнять или она должна быть умеренно освещена? Человек, любящий осязанием и слухом, предпочитает темноту, а человек, любящий созерцать женскую красоту, предпочитает умеренно освещенную спальню.

Вечера и ночи любви можно разнообразить тем, что один раз можно любить женщину в темной, а другой раз в умеренно освещенной спальне.

Какое время следует считать наиболее подходящим для любви? Любое время является для этого подходящим — вечер, ночь, раннее утро. Если мы отдаемся друг другу вечером, то впереди у нас целая ночь для отдыха. Если же мы предаемся любви глубокой ночью, то чувствуем себя отдохнувшими и полными сил. Раннее утро с его свежестью, с пением птиц и первыми лучами солнца дарит нам остроту полового наслаждения. И после этого у нас еще будет время отдохнуть после утреннего часа любви.

3 ИЗВРАЩЕНИЯ И БРАК

Во всех книгах по сексуальным вопросам большое место занимают всякого рода отклонения от нормы, так называемые извращения. Магнус Гиршфельд насчитывает сорок тысяч таких извращений. И это неудивительно. В течение десятилетий собирал он материал в джунглях больших городов — Берлина, Гамбурга, Франкфурта-на-Майне, Кельна, Лейпцига. У него были крайне благоприятные условия для этого, так как во время и после обеих мировых войн в атмосфере лихорадки жизни и страха смерти пышным цветом расцветали половые инстинкты.

Войны и особенно послевоенные периоды с их разрухой, инфляцией, общей неустроенностью, ожесточением миллионов, текучестью рабочей силы, безработицей, бедностью и голодом, с одной стороны, и лихорадочной конъюнктурой и быстрым обогащением — с другой, порождают наряду с общей неуверенностью, одичанием и всякого рода соблазнами самые разнообразные половые извращения. Они существуют всегда, однако держатся в определенных границах и распространяются лишь в определенных общественных условиях. Обычаи и нравы в большинстве случаев препятствуют распространению всякого рода отклонений от нормы.

Что мы понимаем под извращением? Это отклонения от нормы при удовлетворении полового инстинкта, отклонения, ставшие самоцелью.

> Дай мне платок с ее груди,
> Повязку пламенной любви.

Что это — фетишизация? Нет. Но собирать лишь косынки — это фетишизация. Носить в боковом кармане локон любимой женщины — это отнюдь не фетишизация. Но отрезать косу и с ее помощью удовлетворять свою половую потребность — это уже фетишизм.

Мы могли бы проанализировать все виды извращений. Что это — садизм или мазохизм, если один из партнеров осторожно сжимает зубами мочку уха другого? Отнюдь нет. Но если человек получает половое удовлетворение лишь в том случае, если он причиняет боль другому человеку или сам ее испытывает, то это уже извращение.

Насколько важна деятельность исследователя и гуманиста Магнуса Гиршфельда для науки, настолько же незначительна ее роль в нашей борьбе за иную организацию нашей половой жизни, укрепление брака и превращение его в источник жизни. Здесь необходимо четко и ясно сказать, что излишества, особенности полового удовлетворения не представляют собой ни чего-то дикого, дурного, не достойного человека, ни чего-то исключительного. Они отнюдь не запрещены. Да и кто их может запретить? Взрослые и сознательные люди могут наедине делать все, что им заблагорассудится. Если они не причиняют друг другу вреда, не совершают насилия (ни в физическом, ни в нравственном отношении), то их действия никого не касаются. Но — и это главное — вся эта мишура ни в коей мере не является началом возвышенной любви. Сбитые с толку всякого рода литературой и театральными представлениями, многие полагают, что подлинные любовные наслаждения начинаются с удовлетворения прихотливых желаний, с действий и необузданных выходок, которые «возвышают» их над «мещанским», банальным. Но это ни к чему не приводит, разве только к пресыщению.

Резюмируя, можно сказать: в браке мы хотим обрести свое счастье. Но счастливым в браке можно быть лишь вдвоем, а не в одиночку.

В половой любви также нельзя быть счастливым одному, один может быть доволен лишь в том случае, если доволен и другой.

Путь к взаимному удовлетворению — доставлять радость другому. В целом задача заключается в том, чтобы доставлять друг другу наслаждения, делать их возможными, готовить их. При этом необходимо знать, что они неповтори-

мы. Однако следует иметь в виду, что можно опираться на приобретенный опыт и на неудачи и использовать достигнутые успехи, иными словами, нужно учиться. Нужно учиться разумно относиться к себе и к любимому человеку.

4 ГИГИЕНА ПОЛОВОЙ ЖИЗНИ

Для того, кто знаком с общими правилами гигиены, гигиена половой жизни не является проблемой. В гигиеническом отношении половая жизнь также подчиняется законам, существующим в природе и в человеческом обществе.

Любой орган, который длительное время находится без употребления, слабеет. Если же он подвергается чрезмерной нагрузке, перенапряжению, то это также причиняет ему вред. Половые железы и связанные с ними нервы не являются исключением. Поэтому первое правило любой гигиены половой жизни требует, чтобы каждый человек правильно определил норму своей половой нагрузки. Выдвигать здесь какие-либо конкретные нормы не имеет смысла, поскольку люди слишком сильно отличаются друг от друга, чтобы их можно было подводить под одну и ту же схему. Однако наш организм является безошибочным барометром. Если мы сохраняем свежесть, бодрость и работоспособность, то это значит, что мы правильно определили свою норму. Если же после полового общения мы чувствуем чрезмерную усталость, если мы раздражительны, невеселы, ощущаем тяжесть в голове и в других членах, то это явно указывает на завышение нормы.

Трудность заключается в том, что для здорового брака недостаточно, если хорошо себя будет чувствовать лишь одна сторона. И он и она должны оставаться здоровыми. Без согласования, без взаимного приспособления ни одна супружеская пара не может найти правильную норму.

Работоспособность всех наших органов изменяется в течение нашей жизни, изменяется не только в количественном, но и в качественном отношении. Если в юности мы добиваемся лучших спортивных результатов в упражнениях, рассчитанных на скорость, то в зрелом возрасте мы можем добиться больших успехов в длительных упражнениях. Точно таким же образом изменяется работоспособность половых органов. Очень часто неразумные пожилые люди из глупого честолюбия пытаются показать себя более молодыми, чем они являют-

ся на самом деле. Больше того, иные прибегают к помощи всякого рода возбуждающих средств, чтобы продемонстрировать потенцию, не соответствующую их возрасту. Любой мыслящий читатель легко может понять, насколько вредны такого рода попытки.

В нашей беседе о гигиене мы в первую очередь говорим об умеренности и говорим не без основания, ибо это является самым важным, а не те заботы, которые обычно выдвигаются на первое место.

Чистота человеческого тела является общим требованием гигиены, и половые органы не составляют в этом смысле какого-то исключения. Культурный человек ежедневно должен обмывать свои внешние половые органы. Совершенно непонятно, почему многие люди и поныне не моют именно те органы, которые должны содержаться в особой чистоте. Люди считают себя чистыми, если у них вымыты лицо и руки, а там же, где постоянно происходят выделения сальных и половых желез, где высыхают остатки мочи и вместе с кожным салом, роговой чешуей и засохшим потом создается питательная почва для бактерий, ежедневное промывание не считается необходимым. Что же касается внутренних органов, то природа сама содержит их в чистоте. Ни одному мужчине не приходит теперь в голову ежедневно промывать свой мочеиспускательный канал. Здоровая женщина также не нуждается в промывании своих внутренних органов. Если гинеколог по какой-то особой причине не предпишет женщине на короткое время спринцевание, она вообще не должна прикасаться к влагалищу. На слизистой оболочке влагалища вырастают молочнокислые бактерии, которые существуют в тесной связи со слизистой оболочкой. Они даже питаются от слизистой оболочки, вследствие чего образуемая ими молочная кислота убивает все другие зародыши. Спринцевание любыми дезинфекционными средствами уничтожает не только все инородные вещества, но и благотворные молочнокислые бактерии.

Существуют современные методы лечения влагалищного катара, которые заключаются в том, что в слизистую оболочку вновь поселяют молочнокислые бактерии для того, чтобы с их помощью восстанавливалось равновесие и влагалище оставалось чистым естественным образом.

В старых семьях еще сохраняются так называемые биде. Это таз, на который можно садиться, чтобы удобно было про-

мывать отверстие прямой кишки и мочеиспускательного канала. В самой современной и технически совершенной форме это приспособление подключается к водосмесителю, так что женщина может делать подмывание снизу. Наиболее простым и эффективным является для этой цели ручной душ, устанавливаемый в ванне. В таком случае не требуется никаких особо дорогих приспособлений. Если нет ванны или по крайней мере душа, то нужно пользоваться тазом, сидя на корточках. Сидячая ванна слишком тяжела и громоздка, чтобы ею можно было пользоваться ежедневно. После подмывания нужно тщательно вытереть нежные участки кожи между ног. Людям, предрасположенным к потению, рекомендуется посыпать кожу пудрой, чтобы не растереть ее слишком сильно.

Часто гигиена состоит в защите человека или отдельных его органов от каких-либо вредных воздействий. То же самое можно сказать и о гигиене половых органов. Прежде всего мы имеем в виду защиту от заражения, особенно от заражения венерическими болезнями. Иногда слизистая оболочка мочеиспускательных и половых органов может стать каналом для проникновения венерической инфекции и других заболеваний. Чрезвычайно важным в этой связи является требование о прекращении половых сношений за два месяца до ожидаемых родов, так как в результате половых сношений во влагалище нередко заносятся опасные возбудители воспаления — стрептококки, возбудители родильной горячки.

Когда мы говорим о защите, мы имеем в виду и защиту от повреждений. Само собой разумеется, что мы должны защищать чувствительные слизистые оболочки от натирания тесной одеждой. Но еще более необходима, особенно для женщины, защита нижней части живота от чрезмерного охлаждения. Мода, которая раньше предписывала женщине несколько нижних юбок, требует ныне от нее, чтобы нижняя часть живота была у нее едва прикрыта. К тому же она требует, чтобы женщина носила на ногах чулки тончайшей вязки. Мода упрямо требует этого даже зимой, вследствие чего десятки тысяч женщин вынуждены идти к врачу, так как у них обнаруживается воспаление слизистой оболочки мочевого пузыря, мочеиспускательного канала, влагалища, матки, яичников и тазовой клетчатки. Врачам и поныне не всегда удается вылечить эти стойкие, хронические воспаления. Женщины избежали бы многих женских заболеваний, если бы они поступали более разумно и в холодный зимний период, а

также и в неустойчивое время весны надевали теплое белье и чулки.

Составной частью гигиены половых органов является уход за органами, смежными с ними. Люди, страдающие запором, очень часто ощущают последствия этого недуга на половых органах. Отвердевшие массы кала, находящиеся в нижней части толстой кишки, давят на расположенные рядом с ними половые органы. Они препятствуют кровообращению. Вследствие этого появляются всякого рода раздражения и воспаления, у мужчин — предстательной железы и семенного пузырька, у женщин — во всей тазовой клетчатке.

Нормальный отход стула устраняет все указанные выше недуги. Многие женщины усвоили дурную привычку слишком редко освобождать свой мочевой пузырь. Совершенно глупая стеснительность мешает им во-время сходить в туалет. Переполненный мочевой пузырь отодвигает матку назад. Если это повторяется постоянно, то матка опрокидывается. Таким образом, наступает так называемое перемещение. Теперь достаточно брюшному покрову матки и толстой кишке воспалиться, например вследствие простуды или хронического запора, и оба органа склеиваются друг с другом. Простое перемещение матки приводит к ее срастанию (скрючиванию) со всеми неприятными последствиями вплоть до бесплодия и выкидышей.

И последний пример, показывающий, что в нашей жизни все связано между собой. Если женщина в повседневной жизни носит обувь на высоком каблуке (мы не против, если женщина на праздник или на танцы наденет туфли на высоком каблуке), то это оказывает влияние на таз вследствие изменения в голеностопном суставе, изменения, происходящего через цепь коленного и тазобедренного суставов. Таз женщины, которая носит обувь на высоком каблуке, наклонен вперед. Так как половые органы расположены в малом тазе, то и они изменяют свое положение, кровеносные сосуды частично перегибаются. И опять-таки очень часто это приводит к хроническому воспалению всей тазовой полости. Гинекологи объясняют известные формы смещения матки у женщин тем, что они в течение длительного времени постоянно носили обувь на высоком каблуке.

Последний пример заставляет обратить наше внимание на проблему общего обмена веществ и кровообращения. Половые органы человека могут оставаться здоровыми лишь

в том случае, если у него нормально происходит обмен веществ и кровообращение. Кто правильно питается, кто благодаря уходу за своим телом содействует установлению равновесия в работе желез внутренней секреции, кто повседневными гимнастическими упражнениями тела добивается того, чтобы обмен веществ и кровообращение функционировали у него нормально, тот может быть уверенным в том, что питание его половых органов происходит нормально и вследствие этого его не будут мучить те недуги, на которые жалуются люди, ведущие малоподвижный образ жизни. Когда вследствие длительного пребывания в сидячем положении в таз приливает кровь, то очень часто половые органы самым активным образом дают о себе знать, а раздражение полового инстинкта мешает человеку работать и выполнять свои обязанности.

Старая мудрость гласит, что любовь идет через желудок. Так как до сих пор обед готовили преимущественно женщины, то они и держали в своих руках ключ от любви мужчины. Поэтому иногда говорили и так: «Путь к сердцу мужчины лежит через желудок». «Кормите бестию лучше!» — писал Фридрих Ницше, любивший афоризмы. Умение хорошо готовить обед — это проявление любви. Это требует склонности, знания и умения. Но чтобы всю свою жизнь с неистощимым терпением и заботой готовить для мужа и детей, нужно самоотречение. Это характеризует настоящую мать. Женщина, не способная любить, как правило, не справляется с такой задачей. Она обходится консервами. Не ломая себе голову, она ставит на стол хлеб, колбасу, масло, копченую селедку, и если вы голодны, то съедите и это.

Так было до сего времени. Но теперь мужчина и женщина равноправны. Они оба работают. Возникает вопрос, кому готовить обед. Ответ может быть только один: вместе. И он и она не только должны научиться готовить обед, но и ознакомиться с гигиеной питания. Оба они должны знать, каким должно быть здоровое питание. Они должны правильно выбирать питание для себя и детей, тщательно готовить кушанья и таким образом учить детей тому, чтобы впоследствии они сами могли готовить себе здоровую пищу. Хотя мы не можем в книгу о браке включать проблемы физиологии и гигиены правильного питания, иначе получится объемистая книга о здоровой пище, тем не менее мы позволим себе здесь не-

сколько замечаний по этому вопросу. Уже давно известно, что питание влияет на половую возбудимость. Острые кушанья, обилие мяса и яиц, мясной бульон и соль вызывают возбуждение нервной системы человека. Но если возбуждается нервная система в целом, то повышается также и половое возбуждение.

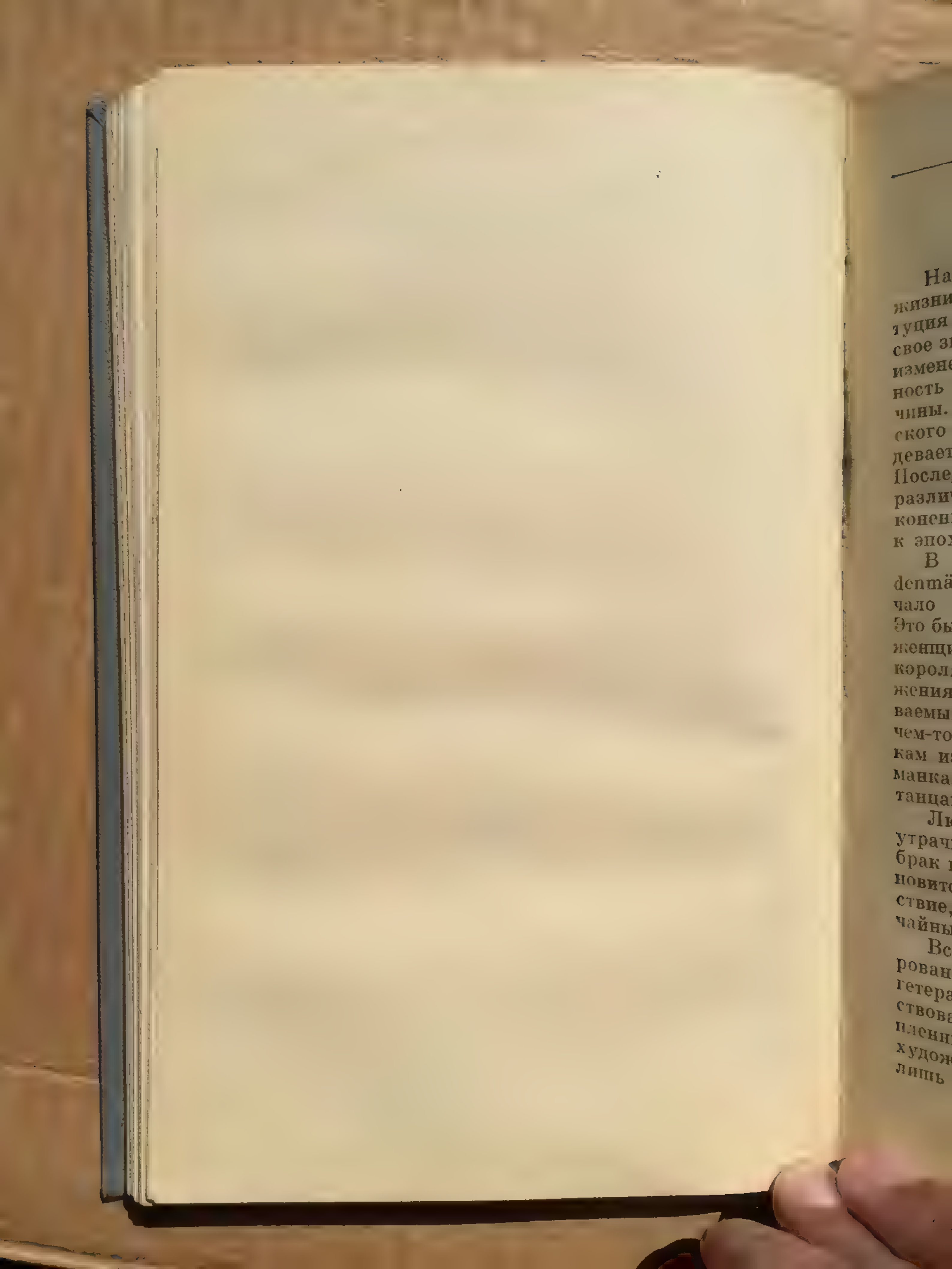
Этим обстоятельством можно пользоваться в двух направлениях в зависимости от того, что необходимо — возбуждение или успокоение. Тому, кто желает сосредоточиться для выполнения какой-либо серьезной работы, не рекомендуется принимать острую пищу. Человеку, желающему уберечь своих детей в возрасте от 12 до 18 лет от ненужного возбуждения, не следует кормить их пищей, содержащей слишком много мяса и соли, а также не следует давать ежедневно на завтрак яйца. Питание влияет на деторождаемость и кормление детей молоком. Особенно важное значение имеют при этом витамины A, B и C, но прежде всего витамин E. Этот витамин называют также антистерильным, то есть сохраняющим способность к деторождению. Этот витамин необходим для образования гормонов желтого тела (см. стр. 82).

При отсутствии витамина E организм не может вырабатывать достаточное количество этих гормонов, что приводит к целому ряду осложнений, связанных с рождаемостью, начиная от зачатия, перерыва беременности и кончая осложнениями в функционировании молочных желез. Витамин E содержится в наибольшем количестве в зернах злаков. Женщины, употребляющие в пищу мучные изделия, никогда не страдают от недостатка витамина E. Если врачи устанавливают недостаток в организме витамина E, то они рекомендуют злаковые зерна, особенно зерна пшеницы или пшеничное масло. В крайнем случае можно впрыскивать чистый витамин E в виде Tocopherol или гормона желтого тела. Но лучше не допускать этого вообще, а следить за тем, чтобы наша пища постоянно содержала витамин E. Последний необходим не только женщине, но в такой же мере и мужчине. Его половые железы также функционируют нормально лишь в том случае, если в пище наряду с другими витаминами содержится достаточное количество витамина E.

С изменением общественного положения женщины изменяется и ее отношение к спорту. Если раньше девушки занимались спортом примерно до двадцати лет, то есть практически до замужества, то ныне на этот счет существуют други

представления. Домашняя хозяйка в прошлом с полным правом могла сказать, что она хлопочет по хозяйству и в доме, и во дворе, и на гумне, и в саду и выполняет столь многообразные физические упражнения, что ей незачем заниматься еще гимнастикой и спортом. Ныне же женщина, как и мужчина, стоит у станка, работает в лаборатории, за письменным столом или стоит у конвейера, иными словами, условия ее жизни те же, что и у мужчины. Поэтому и потребность в физической компенсации у них одинаковая. Пусть спорт у женщин будет иным, нежели у мужчин, пусть эта дифференциация еще больше усилится, тем не менее современная женщина нуждается в спорте не только до свадьбы, но всю свою жизнь, вплоть до климактерического периода и глубокой старости. Шестидесятилетняя женщина может еще работать мастером или врачом, следовательно, ей нужно и плавать, и заниматься гимнастикой, и играть в мяч.

IV ПОЛОВАЯ ЖИЗНЬ ВНЕ БРАКА



1 ПОЛОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ ПЕРЕД БРАКОМ

Наиболее распространенная в прошлом форма половой жизни до вступления в брак и вообще вне брака — проституция — в известной мере утратила и продолжает утрачивать свое значение. С одной стороны, это связано с общественными изменениями. Молодые девушки рано обретают самостоятельность и зарабатывают столько же, сколько и молодые мужчины. Во-вторых, это объясняется изменениями идеологического порядка: чем больше факт равноправия женщины овладевает сознанием людей, тем быстрее исчезает проституция. Последняя представляет собой многообразные формы очень различных сексуальных отношений вне брака. Расцвет узаконенной проституции относится во всех странах и обществах к эпохе феодализма.

В средневековой Германии публичная женщина (Freudenmädchen) представляла собой действительно то, что означало это слово: «женщина, доставляющая удовольствие». Это было узаконенное сословие. Целые депутации публичных женщин на торжественных приемах выходили навстречу королям и кайзерам. Сохранились многочисленные изображения этих сцен. В феодальной Японии посещение так называемых чайных кабачков, как и посещение гейш, не являлось чем-то предосудительным. Гейши не были, подобно девушкам из борделей XIX века, всего лишь сексуальными приманками, они обучались искусству развлекать гостя музыкой, танцами, рассказами.

Любопытно, что и в Японии гейши все больше и больше утрачивают свое культурное и общественное значение, а брак приближается к европейскому. Японская женщина становится ревнивой и начинает выражать мужу свое неудовольствие, если он посещает или выражает желание посетить чайный кабачок.

Все формы женской проституции выражают привилегированное положение мужчины. Несколько слов о греческих гетерах. Они также появились в обществе, в котором господствовал патриархат. Жены были бедными, невежественными пленницами гарема, в то время как гетеры — образованными, художественно одаренными женщинами, не обладавшими лишь привилегией принадлежать к господствующему классу.

Это были рабыни или вольноотпущенные. Образованные греки наряду со своей законной женой наслаждались обществом этих красивых и равных им по уровню развития женщин, рассматривая это как нечто само собой разумеющееся.

Проституция в эпоху загнивающего капитализма проявляется в более отталкивающих формах. Находясь на самой низкой ступени социальной лестницы, девушки из борделя без всякого внутреннего чувства отдавались любому посетителю за весьма умеренную или даже ничтожную плату. В истории человечества не было ничего более бесчеловечного, чем такая форма половых отношений. Популярная в 20-е годы романтика, воспевавшая девушек-проституток, не может ввести кого-либо в заблуждение. Произведения писателей-реалистов, а также картины Отто Дикса раскрывают подлинный облик проституции периода позднего капитализма.

В Германии в 1927 году бордели были закрыты, так как казарменная проституция оказалась неэффективным средством борьбы с венерическими заболеваниями. Необходимость контроля со стороны полицейских врачей приводилась в качестве последнего аргумента, поскольку все другие аргументы, особенно необходимость защиты нравственности, оказались недостаточно действенными.

Наряду с казарменной проституцией существовала и существует широко распространенная «свободная» проституция, отчасти как единственный источник дохода, отчасти как побочный заработок служащих ресторанов, парикмахерских, пошивочных мастерских, а в тяжелые времена, например в период экономического кризиса 1929—1932 годов, и замужних женщин, которые стремились таким путем заработать, чтобы накормить своих голодных детей.

Новейшей формой проституции является так называемая «Callgirl», то есть вызов девушки (а нередко и замужней женщины) по предварительному заказу или вызов по телефону. Это явление получило широкую известность в связи с делом о «девице Роз Мари» из Франкфурта-на-Майне. С точки зрения социологической подобная форма платной любви настолько же показательна, насколько и достойна сожаления с человеческой точки зрения.

Проституция особенно распространяется там, где значительное число платежеспособных мужчин, вырванных из

своих естественных связей, противостоит соответствующему числу материально плохо обеспеченных девушек. Так, в последнее время в Западной Германии появилось выражение «оккупационная проституция», означающее, что хорошо оплачиваемые военнослужащие оккупационных войск легко находят среди девушек оккупированной страны любовниц, готовых на все.

Все формы проституции, будь то женская проституция или мужская, обусловлены общественными факторами. Они в первую очередь основаны на привилегии одного пола и появляются особенно там, где эти привилегии связаны с классовым господством. Тогда в распоряжении привилегированных представителей одного пола, скажем мужчин, оказывается богатый выбор представителей другого пола, в нашем примере — девушек из среды угнетенных классов. Но как только исчезают эти факторы — привилегия одного пола и классовое господство,— исчезает и проституция.

Половые отношения, существующие до брака или даже параллельно с ним, не всегда могут быть отнесены к категории проституции. Проституция — это предоставление своего тела другому человеку за плату. Несоблюдение этого строгого определения приводит к путанице понятий.

Переходной ступенью от чистой проституции к внебрачным половым отношениям являются так называемые «близкие отношения». Они устанавливались между богатым молодым человеком и бедной девушкой (работницей, служанкой и т. д.). Материальное вознаграждение производилось в форме оплаты за квартиру, мебель, одежду и удовольствия. Относительно благоприятным завершением таких отношений было то, что молодой человек, прежде чем прекратить их и взять себе жену из своего круга, предоставлял девушке средства на образование, или выплачивал ей единовременное вознаграждение, или покупал ей галантерейную лавочку и т. д. Мы можем встретить «близкие отношения» и как форму любовных отношений, существующих параллельно с браком.

С нашей точки зрения, не представляет больших трудностей дать оценку всем этим половым отношениям, оплачиваемым наличными или вещественными ценностями. Поскольку во всех без исключения случаях речь идет о том, что мужская сторона является в экономическом и общественном отношении более сильной и более привилегированной,

то ясно, что с установлением равноправия и общественного признания женщины проституция станет пережитком. Нет необходимости приводить против проституции какие-либо аргументы морального или воспитательного порядка или давать здесь развернутые описания этого явления. Читатели, интересующиеся социологическими проблемами, могут прочитать об этом в специальной литературе.

Проблема, хотя и обусловленная временем, но тем не менее жестоко угнетающая миллионы женщин,— это превышение численности женского населения над мужским. В Германии, собственно, нет этой проблемы, существует лишь недостаток в мужчинах в возрастных группах, относящихся к периоду войны.

Равноправие мужчины и женщины требует, чтобы оба пола получали равную долю жизненных и духовных благ. Это значит, что не только мужчина, но в равной мере и женщина имеет право на труд и счастье в любовной жизни. Она имеет право на труд, семью и детей. Тот факт, что несколько миллионов женщин лишены этого права, есть следствие войны, то есть исключение, и с этим женщинам так или иначе приходится мириться.

В книге для подростков («Вопросы пола») мы подробно освещали вопросы половых отношений до вступления в брак и пришли к выводу, что по многим причинам в ранней юности нецелесообразно вести регулярную половую жизнь.

Значительно сложнее отвечать на вопросы, которые задают себе и нам, врачам, молодые люди в возрасте 20—25 лет и которые они должны решать каждый для себя. Причины, по которым молодой человек в возрасте 24 лет и девушка 21 года, которые любят друг друга и хотят жить вместе, не могут вступить в брак, настолько многообразны (они могут быть как основательными, так и неосновательными), что мы не можем останавливаться на них. Нет ничего предосудительного в том, что эти уже созревшие люди любят друг друга и физически. В данном случае те мысли, которые были высказаны о половой жизни и гигиене половых сношений, относятся также и к ним. Но есть все же и различие. Причины, препятствующие вступлению молодых людей в законный брак, остаются в силе и тогда, когда они ведут половую жизнь, ибо эти причины — отсутствие жилья, обстановки, учение одного или обоих партнеров — не позволяют им жить вместе или хотя бы иметь ребенка. Вследствие этого подоб-

ные отношения всегда характеризуются чувством неуверенности и даже страха. Они не должны сохраняться слишком долго.

Если такой любовный союз принимает форму пробного брака, то к нему относятся все «за» и «против», которые мы приводим выше. Пробный брак также является промежуточным состоянием. Нельзя сохранять такое неопределенное положение в течение длительного времени.

Девушки в возрасте 19—25 лет, которые живут половой жизнью до вступления в брак, должны предохраняться от беременности. Но так как еще не существует средств, которые бы отвечали всем медицинским и психологическим требованиям, то добрачные половые отношения постоянно омрачаются страхом беременности. Эта тяжесть гораздо сильнее давит на женщину, чем на мужчину. Если мужчина, следуя лишь своим желаниям, требует от женщины, чтобы она ему отдавалась, то это противоречит принципу равноправия. Иное дело, если и сама молодая женщина так же сильно желает половой любви, как и мужчина. При всех условиях неправильно, когда мужчина угрожает женщине порвать с ней отношения, если она отказывается отдаваться ему. В таких случаях женщине следует подумать, не прекратить ли эти отношения ей самой, ибо если молодой человек ставит свои отношения к девушке, которые он называет любовью, в зависимость от того, удовлетворяет она его половые потребности или нет, то характер этих отношений оказывается крайне односторонним. Мы говорим это, не боясь обвинений в желании читать наставления и чрезмерной щепетильности. Думается, что читатель понял, какое большое значение придает автор половой любви, содержанию и форме ее выражения. Мы еще и еще раз подчеркиваем, что счастье в семье во многом зависит и от того, насколько счастливы люди в половой любви. Но если удовлетворение полового инстинкта является единственным содержанием отношений молодых людей до вступления в брак, то человеку, ищущему бóльшего, следует указать «от ворот поворот». Я не знаю средства более воспитательного, чем это.

Ускорение полового созревания привело к тому, что нынешние семнадцатилетние девушки по своему половому развитию соответствуют девятнадцатилетним девушкам периода 1900 года. Вместе с тем в силу особенностей общественного развития обучение молодежи происходит в течение более

длительного времени, чем раньше. К тому же произошло коренное изменение в самом характере вступления человека в брак: юношей и девушек ныне не женят и не выдают замуж, они это делают сами (см. стр. 33).

Закон же допускает вступление в брак лишь при достижении человеком восемнадцатилетнего возраста.

Все эти обстоятельства повлекли за собой изменения в поведении молодежи.

2 ВНЕБРАЧНЫЕ ПОЛОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ

«Супруг, обманывающий свою жену, поступает подобно тому несчастному скрипачу, который все время требует новую скрипку, надеясь извлечь из инструмента мелодию, которую он не может создать сам».

Это высказывание восходит к периоду господства мужчины. Я считаю излишним указывать, что то же самое относится и к жене, обманывающей своего мужа. Очевидно, она также оказывается не в состоянии в своей жизни с супругом извлечь нужную мелодию.

Везде: в литературе, в кино, в театре, в нашей повседневной жизни, в зале суда — мы сталкиваемся с фактами внебрачной половой любви. Муж имеет подружку (а точнее говоря, любовницу), жена имеет любовника. Это явление не ново. Оно привлекало внимание романистов уже в XVIII веке.

Не желая приводить слишком много цитат, мы воспроизводим здесь лишь высказывание Ф. Энгельса, содержащее обобщающую критику этого явления:

«Заключение брака в современной нам буржуазной среде происходит двояким образом. В католических странах родители по-прежнему подыскивают юному буржуазному сынку подходящую жену, и, разумеется, результатом этого является наиболее полное развитие присущего моногамии противоречия: пышный расцвет гетеризма со стороны мужа, пышный расцвет неверности со стороны жены. Католическая церковь, надо думать, отменила развод, лишь убедившись, что против супружеской неверности, как против смерти, нет никаких средств. В протестантских странах, напротив, буржуазному сынку, как правило, предоставляется бо́льшая или меньшая свобода выбирать себе жену

из своего класса, поэтому основой для заключения брака может служить в известной степени любовь, как это, приличия ради, постоянно и предполагается в соответствии с духом лицемерия. Здесь гетеризм практикуется мужем не столь энергично, а неверность жены встречается не так часто. Но так как при любой форме брака люди остаются такими же, какими были до него, а буржуа в протестантских странах в большинстве своем филистеры, то эта протестантская моногамия, даже если брать в общем лучшие случаи, все же приводит только к невыносимо скучному супружескому сожительству, которое называют семейным счастьем. Лучшим отражением обоих этих видов брака служит роман: для католического — французский, для протестантского — немецкий. В том и другом «он получает ее»: в немецком молодой человек девушку, во французском муж пару рогов. Не всегда при этом ясно, кто из них оказывается в худшем положении. Поэтому-то скука немецкого романа внушает французскому буржуа такой же ужас, как «безнравственность» французского романа немецкому филистеру. Впрочем, в последнее время, с тех пор как «Берлин становится мировым городом», немецкий роман начинает менее робко относиться к таким хорошо известным там явлениям, как гетеризм и супружеская неверность» [1].

Но то, что когда-то было в какой-то мере исключением, стало типичным явлением времени. Какие же мотивы повторяются чаще всего?

1. В сравнительно молодых семьях, существующих не более десяти лет, иногда возникают посторонние любовные связи. Это случается обычно, когда супруги разделены местом работы. Молодой мужчина весь день проводит на работе рядом с молодой девушкой или женщиной. То же самое относится и к молодой женщине. Начинается сближение. В какой-нибудь праздничный вечер могут отпасть последние колебания. Во многих случаях это остается эпизодом, преходящей, более или менее продолжительной страстью, часто даже неглубоким случайным увлечением. В других же случаях молодой супруг начинает сравнивать достоинства молоденькой сотрудницы и жены. Начинаются раздумья, заме-

[1] К. Маркс и Ф. Энгельс, Соч., т. 21, стр. 73—74.

чания, порицания одной и похвалы другой; незаметно ослабевают супружеские узы. «Может быть, я слишком поспешно связал себя браком? Если бы я подождал немного, я мог бы найти себе жену получше». Эти люди не задумаются о том, что супруге приходится выполнять многочисленные обязанности, от которых избавлена молоденькая сотрудница в силу того, что ее домашнее хозяйство ведет мать и что женатый мужчина или замужняя женщина на работе не так ощущает тяжесть забот, как дома. Разве существует необходимость расторжения молодых браков и вступления в новые только для того, чтобы в конце концов прийти к тому же выводу? Поскольку условия остаются те же, он или она скоро будут сожалеть о прошлом: «Если бы я был(а) верен(на) моей(му) жене (мужу), мне не пришлось бы пережить столько волнений и горя. Все равно ничего хорошего из этого не получилось, скорее наоборот».

2. Нередко можно читать и слышать, что один из супругов отстал в своем духовном развитии. Раньше чаще всего можно было слышать, что отстала девушка, ныне же нередко можно услышать от молодой женщины такое же суждение о своем супруге. С одной стороны, причиной этого является политическое развитие, с другой — общее духовное развитие. Через некоторое время одному из них кажется невыносимым продолжение страданий. Он обрывает узы супружества и пускается на поиски чего-то «лучшего». Именно к такой ситуации следует присмотреться особенно внимательно. За так называемым отставанием скрывается множество ошибок и заблуждений.

а) Молодые люди недостаточно хорошо узнали друг друга. Он был ослеплен ее юностью, свежестью, она же — его спортивными успехами, его мотоциклом или какими-либо другими чисто внешними качествами. Через несколько лет неизбежно должно было обнаружиться, что в своем развитии она отстает. Такая ситуация возникает особенно часто в том случае, если молодой человек в возрасте двадцати с лишним лет женится на совсем молоденькой, наивной девушке. Такой брак может оказаться очень удачным, но он может быть и несчастливым.

б) Иногда один из супругов становится причиной отставания другого. Раньше было типичным явлением, когда молодой супруг учился за счет своей жены, работницы или слу-

жащей, содержавшей себя и мужа до тех пор, пока он не оказывался выше ее в своем развитии и не обнаруживал несколько лет спустя, что в умственном отношении она от него отстала. Если к тому же в семье появились дети, не оставлявшие молодой женщине иного выбора, как заниматься семьей и хозяйством, то ее положение становилось еще более печальным. Он не скупился на упреки, становился раздражительным, и не всякая женщина проявляла при этом достаточно ума и душевной твердости, чтобы в конце концов победить в этой ситуации.

Ныне можно наблюдать и такую картину, когда молодой рабочий несет тяготы, связанные с учебой своей жены. Естественно, она получает стипендию, но ему приходится вести хозяйство, ухаживать за ребенком, отвозить его в детский сад, вечером привозить домой. Эта картина повторяется настолько часто, что уже можно говорить о типичной ситуации. И тут оказывается, что он «отстал».

Но кто из них отстал в действительности? Все ли здесь дело в знаниях, государственных экзаменах, в дипломе, ученой степени? Если эти факторы порождают высокомерие и зазнайство, то они — признак отсталости. Тот из них, кто преданно и самоотверженно выполнял свой долг по отношению к ближнему, и оказался выше как в своем духовном развитии, так и в чисто человеческом отношении.

Во всех подобных случаях следует обстоятельно побеседовать с обоими, чтобы выяснить, кому из них нужно подтянуться. А затем основательно потрясти того, кто слишком зазнался, чтобы из него вышла его ученая пыль.

Совершенно неправильна позиция иных учреждений, которые встают на сторону «ушедших вперед». Здесь речь должна идти не о чувстве благодарности по отношению к тому, кто содействовал внешнему успеху другого. Нужно разобраться в том, кто в действительности ушел вперед в человеческом отношении, а кто отстал.

3. Иногда мужчины хотят устроить свою жизнь по принципу треугольника. У них есть законная жена, домашняя хозяйка, мать своих детей, они любят ее и не хотели бы ее потерять. Но кроме этой жены, которая удовлетворяет все их физические потребности, ухаживает за детьми и гладит рубашки, они хотят также иметь вдохновляющую «духов-

ную» жену. С ней они обсуждают свои научные планы, ездят на конгрессы, ведут научные споры. Но эта чисто духовная любовь в один прекрасный день выливается в физическую. Все это, конечно, звучит очень убедительно, но все же: пытался ли сей «духовный» муж обсуждать свои планы с матерью своих детей? Не пытался ли он показать их не только восхищенному взору «духовной жены», но и наивному, практичному взгляду человека, который в течение многих лет живет с ним и, вероятнее всего, знает его лучше всех? Нужно проявлять большую осторожность при оценке подобных двойных браков.

4. Очень часто можно наблюдать, как преуспевающий, бодрый, но уже в довольно зрелом возрасте мужчина разводится со своей женой, с которой он прожил двадцать — двадцать пять лет. С ней он переживал трудности, она родила ему троих, а то и четверых детей, которых они вместе воспитывали. В качестве мотива для развода указываются следующие причины:

а) Жена, вышедшая из простой семьи, отстала в своем духовном развитии от мужа. Она уже не может быть для него достаточно презентабельной, не может войти в новое окружение директора завода, председателя совета, профессора и т. д.

б) В качестве второй причины приводится ее преждевременная старость. Она уже не возбуждает его больше и, что особенно подчеркивается, не может удовлетворить его в половом отношении, что у нее вообще нет желания жить активной половой жизнью и что она целиком отдается хозяйству, воспитанию детей или даже внучат. И вот, мол, появилась возлюбленная и неудачно сложившаяся жизнь может еще поправиться и т. д.

Случается, что его новая жена — совсем молоденькая ученица. Особенно часто это наблюдается у профессоров высших художественных, музыкальных учебных заведений и университетов. Еще чаще она оказывается его ассистенткой. Но особенно типичной бывает ситуация, когда она его секретарь. Здесь возникает положение, когда у нее прелесть юности сочетается с отсутствием забот и обременительных обязанностей. Поскольку именно эта ситуация встречается очень часто, ее следует рассмотреть несколько подробнее.

Что дает мужчине жена, которая моложе его по возрасту? Естественно, что своей молодостью и свежестью она вызывает в нем более острое половое возбуждение. Такую же, если не большую роль играет то обстоятельство, что она с восхищением смотрит на своего опытного наставника или начальника, что она — и это особенно льстит его самолюбию — во цвете юности предпочла его, уже пожилого человека, более молодому и с обожанием ловит каждое его слово, угадывает каждое его желание.

Но чего не хватает ей? Ей не хватает того, что было у покинутой им женщины: опыта вместе проведенных лет, всей прожитой вместе долгой жизни. Но как сложится новый брак? Сначала несколько лет безоблачного счастья. Но природа неумолима. Муж достигает шестидесяти-шестидесятипятилетнего возраста, в то время как его жене еще 30—35 лет. Его жизнь уже клонится к закату, в то время как ее — в полном расцвете. Она уже, как правило, не восхищается его умом. У нее уже есть собственные суждения, собственные взгляды на жизнь. Могут ли связи нескольких последних лет быть столь же прочными, как связи, существовавшие в течение двадцати пяти лет? Не потянется ли его тридцатилетняя жена, находясь в полном расцвете сил, к мужчине, который подходит ей больше? Как правило, так оно и происходит. Исключения лишь подтверждают правило. Конечно, есть яркие примеры того, как иные знаменитые люди в пожилом возрасте брали себе в жены значительно более молодых женщин и были с ними взаимно счастливы.

Но не все пожилые мужчины знамениты. Молодая женщина еще и еще раз должна подумать, прежде чем выходить замуж за почитаемого ею учителя или начальника.

Очень часто первоначальное оживление, возбуждение, повышение половой потенции сменяется спустя несколько лет истощением и усталостью. Молодая женщина ищет развлечений, ей хочется куда-нибудь сходить, потанцевать, совершить поездку. Она требует также и удовлетворения своих половых потребностей. В течение нескольких лет пожилой мужчина наслаждается ею, он переживает вторую молодость. Но постепенно начинает чувствовать, что слишком переоценил свои силы. При этом страдает его работа или его молодая жена остается неудовлетворенной.

Психологи говорят о «проекционном браке». Под этим они подразумевают следующее.

Пожилой преуспевающий мужчина начинает чувствовать усталость. Его раздражает критическое отношение к нему его супруги. И как приятно проецировать свои идеи на чистый лист бумаги! Этот чистый, еще неисписанный лист бумаги представляется ему в лице одной из его учениц. В течение нескольких лет мужчина проецирует свои идеи и чувства на этот чистый лист, пока он не перестал быть таковым, пока женщина не обрела свой особый характер. Теперь этот человек становится таким же требовательным, как и жена, и счастью проекционного брака наступает конец.

Что же дальше? Женщина, безусловно, много выиграла, она выросла духовно, у нее уже есть свои взгляды на жизнь и свое понимание жизненных проблем. Наилучшим выходом из положения было бы расстаться с этим мужчиной и вступить в «настоящий» брак с человеком, который подходит ей по возрасту. Но всегда ли это удается сделать? И каково это будет для пожилого мужчины? Венский гинеколог д-р Рак описывает типичный пример такого брака, который мы приводим в несколько сокращенном виде:

«Перед нами 49-летний инженер на одном из крупных промышленных предприятий Вены. Выходец из бедной семьи, он вынужден был сам содержать себя в период своей учебы. Завершив свое образование, он поступает на предприятие, на котором продолжает работать и поныне. Поначалу оклад был небольшой, но зато были хорошие перспективы роста. За двадцать лет непрерывной работы он дошел до ведущего инженера. Тридцати лет он женился на девушке, которая была лишь немногим моложе его. В период его непрерывной борьбы и продвижения по работе она была его верной помощницей и образцовой матерью двоих детей. Вместо маленькой скромной квартирки они уже имели большую, прекрасно меблированную квартиру. Затем появилась и автомашина. Все мечты среднего служащего осуществились. В его доме, казалось, все дышало счастьем.

Когда ему исполнилось сорок семь лет, он заметил однажды, что в своем прекрасном доме, в своей семье он уже не чувствует себя счастливым. У него есть все, о чем он мечтал, но именно поэтому ему чего-то не хватает. Он анализирует свою повседневную жизнь, перебирает в памяти людей своего круга и не находит какого-либо конкретного повода для недовольства, если не считать того, что окружающие его люди относятся к нему с тем особым вниманием, с которым относятся к людям пожилого возраста (он даже в мыслях избегает употреблять выражение «пожилой человек»). Неужели он уже дожил до этого?

Правда, его темные волосы несколько посеребрились, однако его тело оставалось таким же безупречным, как и двадцать лет тому назад, когда он в спортивных соревнованиях неизменно одерживал победы. Он сравнивает фигуру своей жены с тем, какой она была двадцать лет тому назад, и находит, что ее уже отнюдь нельзя назвать идеальной, чего, впрочем, и нельзя требовать после шестнадцати лет супружеской жизни и после того, как она родила ему двоих детей. Он никогда не увлекался спиртным и никогда не курил. Что же касается его половой потенции — и здесь его охватывает некоторое беспокойство,— то она за последние годы несколько ослабла. Но он тут же успокаивает себя мыслью, что столь длительная половая связь, естественно, приедается. Его друзья и знакомые рассказывали ему о том же. Такие мысли и чувства занимают его в последующие месяцы все чаще и чаще. Постепенно он утрачивает свое обычное уравновешенное душевное и физическое состояние. Наконец он понял, в чем дело: за годы своей семейной жизни он хорошо сохранился, а его жена изменилась. Она постарела, она слишком стара для него. Его секретарь — очень красивая блондинка, которая строит ему глазки: ведь он еще очень симпатичный мужчина! Она всегда носит такой покрой одежды, который ему особенно нравится. Через несколько недель он уже лежит с ней в постели в гостинице соседнего города. Теперь ему все стало ясно. Ведь он сохранил свою прежнюю половую потенцию, как и двадцать лет назад, но ему нужна лишь такая женщина, думает он. В этом все дело, его жена просто стара для него! Проходит несколько счастливых месяцев. Очень скоро жена замечает, что в его жизни что-то произошло. Она не делает ему никаких упреков, но внимательно присматривается к нему. Когда он стал все меньше и меньше уделять ей внимания, произошло объяснение. Он пытается все отрицать, но она ему не верит. Происходит разрыв, который окончательно бросает его в объятия молодой возлюбленной. В это время он впервые замечает, что и он изменился. На работе он быстро утомляется и не может сосредоточиться. Но вечером в объятиях молодой женщины он опять забывает все свои сомнения. Она уверяет его, что он еще молод, и длинные ночи беспрерывного чувственного опьянения подтверждают это. Однажды после одной из таких ночей он, усталый и невыспавшийся, отправляется на работу. У него тяжелое настроение. Он чувствует себя больным, его охватывает безотчетный страх. Никогда сердцебиение не было у него таким усиленным, как сейчас. Он идет пошатываясь, работать не может. Потом наступила развязка. Раздается телефонный звонок, его охватывает страх. Он хочет снять трубку, но вдруг чувствует острую боль в области сердца. Он теряет сознание и падает со стула. С ним произошел сердечный инфаркт».

Жизненная история, описанная выше, вводит нас в самую проблематику не только современного брака, но и современной жизни вообще. Нам нужно учиться быть мудрыми, учиться быть разумными в отношении самих себя. Каждый период в жизни человека имеет свою ценность, свой режим, и каждый из них одинаково прекрасен, если их использовать в полной мере.

Почему бывает смешно, когда шестнадцатилетние юноши подражают тридцатилетним мужчинам, а шестидесятипятилетний мужчина ведет себя, как двадцатилетний? Потому что ни тот, ни другой не соблюдают законов природы и общества.

Очень много говорят о смене впечатлений, о разнообразии чувств. В семейной жизни наступает будто бы скука. При этом имеется в виду не только повторяемость разговоров, недостаток духовных стимулов, но чаще всего однообразие в половой жизни. К смене впечатлений стремится как мужчина, так и женщина. Когда спрашиваешь такого человека, ищущего смены впечатлений, о том, что он, собственно, ищет, то оказывается, что это главным образом прелесть новизны, прелесть неизведанного. Это любопытство.

В чем состоит смена впечатлений, то новое неизведанное счастье? В другом цвете волос, кожи, в другом запахе, других движениях, в ином поведении в постели? Разве это существенно для культурного человека? Спросите людей, которые часто находили себе смену впечатлений, которые лихорадочно искали счастье, подгоняемые половым влечением. Спросите современных донжуанов и казанов, нашли ли они счастье? Они обязательно ответят вам отрицательно. Ибо как ни важна в браке половая гармония, как ни велико значение половой любви, как таковой — и мы стремились показать это супругам,— все же физические и психические формы ее проявления несущественны.

Возникает вопрос: нужно ли, чтобы каждый здоровый, жизнерадостный и привлекательный мужчина приобретал этот опыт заново, на собственном примере? Конечно, многие вещи мы должны познать в жизни сами. Опыт других приносит нам лишь незначительную пользу. Но наша жизнь — это часть истории, она неповторима. Однако разве есть необходимость в том, чтобы мужчины или женщины напрасно тратили целые годы своей жизни только на то, чтобы в конце концов убедиться в правильности опыта своих предшественников, в том, что беспорядочная, лихора-

дочная смена партнеров приводит лишь к пресыщению, опустошению и несчастью? Разве нельзя перенять этот опыт, подтвержденный жизнью?

На замечание о том, что у жены, занятой домашним хозяйством и детьми, не остается времени для мужа, мы можем ответить вопросом: а разве не мог бы муж (вместо того, чтобы гоняться за девушками) помочь своей жене сэкономить время, принести ей уголь или наколоть дрова, помочь стирать белье, сходить в магазин, выкупать детей и уложить их в постель? У жены, конечно, появилось бы время на то, чтобы ответить на любовное ухаживание мужа, выразить восхищение его цветами, послушать его чтение, потанцевать с ним или каким-то иным способом выразить ему свою признательность за его стремление помочь ей. Если эти усилия будут периодически повторяться, то он увидит, насколько интереснее любить одного человека в течение тридцати лет, влюбляясь в него вновь и вновь, чем быть поверхностно знакомым с десятью другими женщинами. Все те, кто говорит о скуке семейной жизни, не дают себе труда подумать о том, что мы изменяемся. Женщина, с которой мы живем сегодня, уже не та, на которой мы женились двадцать лет тому назад. Думается, что стоит вновь заняться изучением своей жены. При этом можно обнаружить самые удивительные вещи и можно вновь влюбиться в этого нового, уже сложившегося человека. Это тот, прежний человек, которому мы на всю жизнь отдали наше сердце, и в то же время это другой человек. Эта женщина вместе с нами, рядом с нами и независимо от нас многое узнала, о многом передумала и многому научилась. Если мы постараемся, то она вновь подарит нам свое сердце. Я не могу дать супругам лучшего совета, чем совет еще раз влюбиться друг в друга.

Мы уже однажды говорили и повторяем еще раз, что в нашей жизни важно не то, что происходит, а то, как мы реагируем на происходящее. Это особенно относится к вопросу о супружеской верности и измене.

Мы рассуждали о том, как мужу легче всего пережить перерыв в половых отношениях, вызванных родами жены, и рекомендовали ему заняться таким делом, которое полностью поглотило бы его внимание. А если он не найдет такого дела или не расположен к этому? Тогда ему следует уделить особое внимание своей жене, которая в эти месяцы особенно сильно нуждается в его заботе и помощи. Он может взять на себя

выполнение многих ее обязанностей по дому и работе. Он может также заняться уходом за новорожденным и, таким образом, все время быть рядом с женой. Это также поможет ему справиться со своим половым голодом.

Мы еще раз указываем, что органы, которые не используются, выполняют меньшую работу.

Это в равной степени относится и к половым органам. Умеренная деятельность вызывает возбуждение, слишком напряженная деятельность приносит вред, бездеятельность приносит успокоение. Через несколько месяцев половое влечение также проходит. Но этот вопрос еще не изучен всесторонне и до конца. Если мужчина не выдерживает пятимесячного испытания, то здесь вступает в силу принцип, о котором мы говорили вначале: важно не то, что случилось, а то, как мы реагируем на случившееся.

Очень глупо, если женщина, не отдавая себе отчета в своих действиях, хватает ребенка и бежит к своим родителям. Но столь же глупо, когда муж «выставляет» свою жену, если она не устояла перед искушением. Небезынтересно наблюдать на основе этих выхваченных из жизни примеров, как мало еще соблюдается в повседневной практике принцип равноправия мужчины и женщины: жена уходит и ищет себе защиту у родителей, муж «прогоняет» провинившуюся. Почему же в обратном примере жена не остается на месте и не «выставляет» мужа? Но как мы уже говорили, и то и другое было бы неправильным. Нужно по возможности спокойно обдумать причины того, что случилось. Каждый должен осознать меру своей вины. И если каждый из них извлечет для себя урок из случившегося, то их брак будет после этого прочнее, чем когда-либо раньше.

Иногда бывает целесообразно вообще не говорить о случившемся, а лишь подтвердить взаимное желание исправить положение и начать все по-новому. Никакие упреки не помогут, и если существует опасение, что весь разговор сведется к взаимным упрекам, то лучше вообще промолчать о случившемся, так как у каждого всегда найдется, в чем упрекнуть другого.

Встречаются, конечно, случаи, когда измены одного из супругов объясняются определенной его предрасположенностью, заключающейся в его характере.

После первой мировой войны один очень талантливый врач женился на красивой женщине, неизменно вызывавшей

волнение у мужчин и обладавшей к тому же незаурядным умом. Супруги переехали в отдаленный городок, где он получил место практикующего врача. Там они провели несколько счастливых лет. Его практика стала более обширной. Он часто бывал в отъезде, а жена скучала по нему и часто оставалась сексуально неудовлетворенной. Вместо того чтобы вместе с мужем разделять его работу (она тоже была врачом), она встала на скользкий путь измены. Супруг простил ей один раз, второй, простил несколько раз, потом понял, что ее половая активность и его напряженная врачебная деятельность несовместимы. Их брак был расторгнут. Некоторое время спустя женщина нашла, наконец, человека, которого, как ей казалось, она все время искала. Это был турецкий подданный, с которым она переехала в Стамбул. Несколько лет она, казалось, была счастлива, но потом у нее опять появилась прежняя неудовлетворенность, и ее второй брак, существовавший до смерти мужа, носил чисто внешний, формальный характер.

Ее первый муж, который поклялся, что никогда больше не будет жениться, переехал в маленький городок в земле Бранденбург и целиком посвятил себя врачебной практике.

Но любовь победила его во второй раз — теперь это была истинная любовь. Однажды на одном из концертов он увидел скрипачку, которую полюбил с первого взгляда и на которой вскоре женился. Это была одна из самых счастливых пар, которые только можно себе представить. Трое детей еще больше укрепили их семейное счастье.

Этот пример показывает, что в иных случаях причиной разлада в семье может быть преимущественно один из супругов.

Серьезную и порой трудноразрешимую проблему представляют собой браки, когда супруги живут в разных местах. Они искренне любят друг друга, подходят друг другу во всех отношениях, но по той или иной причине не могут жить вместе. Например, мужа переводят на работу в другое место, а жена не может оставить свою работу. Или особый случай, когда мужа посылают на учебу за границу, а его жена остается дома одна или с детьми. В этой ситуации возникают трудности, которые нелегко преодолеть. Речь идет не только о том, что молодые люди не могут удовлетворять свои половые потребности,— им даже не представляется возможность привыкнуть и приспособиться друг к дру-

гу. Да и как они могут привыкнуть друг к другу, если они видятся два-три дня в месяц. Как они могут выработать общие взгляды на воспитание детей, если малыши живут лишь с матерью, а отец видит их лишь изредка? К этому следует добавить еще и постоянные соблазны как для мужчины, так и для женщины. Чтобы устоять перед ними, нужны настолько большие усилия, что от этого страдает учеба и работа. Так как по закону о браке в ГДР место жительства семьи определяет не один муж, а оба супруга вместе и так как муж не имеет права препятствовать жене работать в другом месте, то общество, представленное государственными органами, обязано следить за тем, чтобы молодые супруги не оставались длительное время оторванными друг от друга. При решении вопроса следует внимательно посмотреть, обязательно ли работа того или иного человека должна быть связана с указанным местом. При этом всегда должны приниматься все меры к тому, чтобы супруги как можно быстрее могли съехаться. Нам представляется более целесообразным переводить на другое место неженатого или незамужнюю, чем разъединять супругов.

Один преуспевающий изобретатель и владелец небольшой фабрики был счастлив в браке со своей энергичной, умной и практичной женой. В семье было уже три мальчика. Однако личной секретарше фабриканта удалось привлечь его к себе, в результате чего он оставил свою жену (он обеспечивает ее и сыновей материально) и женился на секретарше. Вторая жена также была энергичной, осмотрительной и практичной женщиной, несколько суховатой и расчетливой. От второй жены у него было три девочки.

Однако на этом еще не все закончилось. Другая молоденькая секретарша сумела расстроить второй брак фабриканта и связать его брачными узами в третий раз. В 1951 году он ушел от своей второй жены, оставил своих девочек, свой прекрасный дом с садом.

Третья жена проявляет осторожность и строго следит за ним. Если вы спросите фабриканта сегодня, когда он чувствовал себя лучше всего, то он ответит вам: «С первой женой». Есть ли необходимость каждому вновь проделывать такой путь, чтобы прийти к этому выводу? Но как следует поступать, если вы совершили ошибку? Нужно помириться, вернуться и жить с тем человеком, с которым вы чувствовали себя связанным. Этот совет относится к мужчине и женщине. При-

чины этого настолько многообразны, что мы можем указать лишь на некоторые из них.

1. Если расходятся люди, действительно состоявшие в браке, то возникает рана, которая очень медленно заживает. Во многих случаях она вообще не заживает, а у некоторых людей из-за этого разбивается жизнь.

2. На фоне обыденной семейной жизни другой человек лишь кажется красивым, смелым, умным, гениальным, щедрым. Однако при более близком знакомстве с ним очень скоро обнаруживаются теневые стороны, свойственные любой черте его характера. Щедрость обернется расточительностью, гениальность краснобайством, красота позерством.

3. Если в семье появились дети, то они требуют прочных, постоянных отношений между родителями. Детям всегда приходится расплачиваться за грехи родителей. Они страдают от ссор, еще больше они страдают от любых форм супружеских измен. Но больше всего они страдают, если родители расходятся. С кем должны оставаться дети? С отцом? С матерью? Примет ли их новый отец или новая мать? Появляются новые проблемы, новые трудности, так что гораздо разумнее приложить усилия к тому, чтобы ужиться с первым супругом или супругой.

Мы еще раз повторяем, что в жизни важно не то, что происходит, а наше отношение к происходящему. Если у одного из супругов на любовном горизонте появилась ослепившая его комета, то он не должен терять голову. Люди живут не ярким светом кометы, а теплым сиянием солнца. Или другой образ: огонь домашнего очага греет теплее, чем огонь фейерверка. Для иных это может прозвучать необычно. У нас появилось новое слово, имеющее уничижительное значение,— «мелкобуржуазный». Но именно мелкий буржуа склонен ко всякого рода авантюрам, вместо того чтобы стремиться к решению стоящих перед ним задач и в первую очередь к укреплению своей семьи.

Ну а что же делать «пострадавшему»? Во-первых, он должен понять, что есть и его доля вины. Когда он поймет это, он справедливее отнесется к вернувшемуся «грешнику».

Если же он действительно ни в чем не виноват, что весьма маловероятно, то он должен проявить свое благородство, не быть высокомерным и злопамятным, не устраивать сцен прощения (что было бы хуже любых упреков), а просто принять заблудшего и жить с ним.

Наряду с таким чрезвычайно распространенным явлением, когда мужчины, достигшие пятидесятилетнего возраста, оставляют своих жен такого же возраста или несколько моложе их и женятся на значительно более молодых, существует и противоположная тенденция, когда мужчины 22—25 лет бросают своих жен 19—23 лет и находят себе более зрелую женщину, чаще всего вдову или разведенную.

Главная причина этого явления заключается, по-видимому, в неудовлетворительном обучении молодых женщин. Поколение, о котором идет речь, появилось в 1936—1939 годах. Девушек не учили ни готовить, ни вести домашнее хозяйство, у них нет художественного воспитания, они не умеют ни петь, ни играть на каком-либо музыкальном инструменте. Молодые люди познакомились на работе или на службе и поженились, будучи в незрелом возрасте. Нередко они «вынуждены» были пожениться, так как ожидали ребенка. И вот они снимают комнату, живут в каком-то временном углу или в комнате, которую им выделили родители. Пока молодые супруги еще влюблены друг в друга, они могут жить сносно. Год-два такое богемное существование может быть терпимым, особенно если еще не прошла взаимная влюбленность, она весела и бодра, а он готов мириться с любыми неудобствами. Но скоро он начинает смотреть на все иными глазами, особенно если появляется ребенок, который требует внимания, а помощь со стороны матери или свекрови отсутствует. Пахнет пеленками, везде беспорядок. Через некоторое время молодой муж замечает, что его жена не умеет готовить, что она не умеет создавать уют. Она не умеет ухаживать за цветами, не умеет милыми пустяками украшать жилье и вносить в него теплоту.

Чему училась девушка? Она приобрела профессиональные знания, она ходит в кино, умеет танцевать, занимается спортом.

Когда же молодой человек знакомится с женщиной постарше, которая хорошо ведет домашнее хозяйство, он начинает сравнивать. Его все больше тянет к тридцатилетней женщине, в квартире которой всегда так хорошо пахнет и все хорошо прибрано. Он все чаще садится за мило накрытый стол, на котором видит не только хлеб, масло и колбасу, но и картофельное пюре, пирог, овощной салат. Проходит немного времени, и молодой человек привыкает к домашнему уюту. Он начинает требовать того же от своей супруги, которая не

может ему дать этого, так как этому не училась. Начинаются ссоры, примирения, опять ссоры. Первое время молодость, любовь и физическая привлекательность молодой жены побеждают, однако его все больше и больше влечет к себе старательная и прекрасная хозяйка. И вот молодые супруги идут разводиться, а более зрелая женщина своим образом жизни и своей хозяйственностью завоевала себе молодого мужа.

Конечно, поколение тридцатилетних женщин, больше всего пострадавшее в период второй мировой войны, ибо мужчины их возраста лежат в снегах или песчаных пустынях, несомненно, достойно молодых мужчин, тем не менее вызывает беспокойство тот факт, что все больше и больше молодых женщин терпит неудачу в семейной жизни. Результат этого — большое число матерей-одиночек, оставшихся с ребенком.

Правда, мы хотели бы поставить здесь вопрос: имеет ли мужчина вообще право требовать от своей жены, чтобы она одна «создавала семейный очаг». Это необоснованное требование. Старое разделение труда возлагало на плечи женщины всю домашнюю работу, а если мужчина ухаживал за цветами, расставлял в квартире мебель, то это называлось «немужским делом». Но тем не менее именно в то время были архитекторы, которые очень много занимались проблемами интерьера. Существовала профессия повара, до́ма же чистка овощей и картофеля и приготовление пищи возлагались на женщину. Эта непоследовательность является типичным проявлением главенствующего положения мужчины.

Вывод, который мы должны из всего этого сделать, и как можно быстрее, заключается в том, чтобы включить преподавание домоводства в программу общеобразовательной политехнической школы и расширенной средней школы. Преподавание домоводства — это нечто большее, чем обучение кулинарии, оно должно охватывать приготовление пищи, уход за своим телом, включая умение просто, чисто и опрятно одеваться, со вкусом обставлять квартиру, основы эстетики, иными словами, умение организовать свою жизнь.

Обучение домоводству должно проводиться дифференцированно для обоих полов, чтобы молодые мужья могли по достоинству оценить то, на что способны их благовоспитанные и образованные супруги.

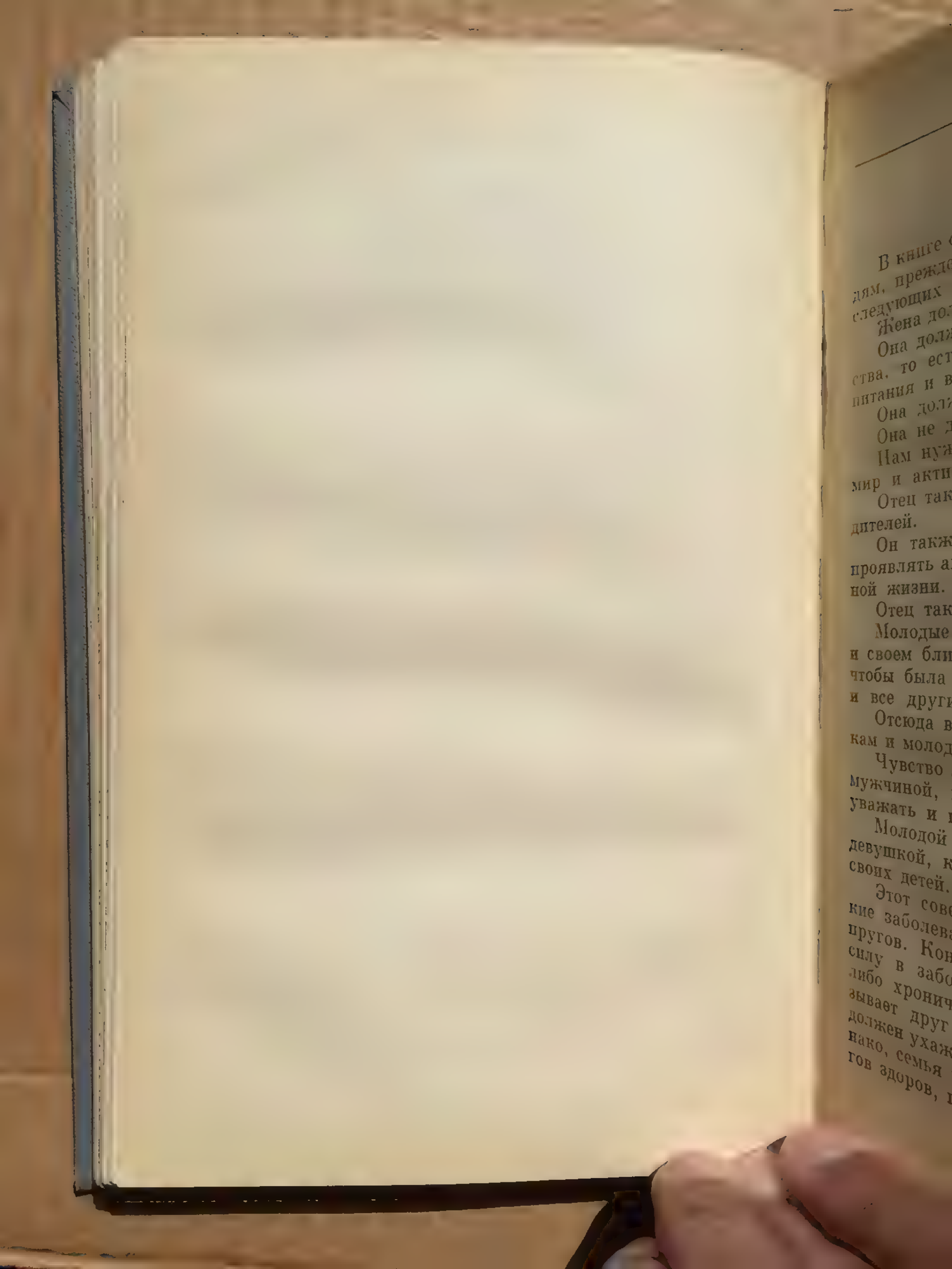
Если иной читатель, быть может, подумает, что мы призываем его вернуться к прошлому, к «доброму старому време-

ни», то он заблуждается: он не учитывает того, что развитие автоматизации будет происходить семимильными шагами и что уже в нашем столетии будет введена 36-часовая рабочая неделя. Как люди будут проводить свое свободное время? Будут просто убивать его? Конечно, нет! 36-часовая рабочая неделя будет означать культуру для всех. Все то, что сто или сто пятьдесят лет тому назад было доступно лишь привилегированным слоям буржуазии, клерикальным кругам, учителям, врачам и аптекарям, все это станет всеобщим достоянием. Разве это невозможно? Зачем же тогда существуют десятилетние школы? Зачем вводится всеобщее обязательное обучение? Сто пятьдесят лет тому назад умение читать и писать было привилегией немногих. Если бы в то время кто-нибудь сказал, что через сто пятьдесят лет всеобщее обязательное обучение будет продолжаться двенадцать лет и что не только грамотность, но и знание физики и химии станет чем-то само собой разумеющимся, то многие, вероятно, сказали бы, что это невозможно.

Ныне мы уже должны думать о подготовке наших детей к 36-часовой рабочей неделе. Мы не можем сидеть сложа руки до тех пор, пока это будет слишком поздно. В прошлом мы слишком долго ждали — ибо неудачи молодых девушек и мужчин в семейной жизни мы целиком и полностью должны отнести на свой счет. Мы, родители, не сумели правильно подготовить их к жизни. Мы не проявили достаточной прозорливости и не представляли себе, в каком направлении будет происходить развитие. Нам следовало бы лучше знать положение в мире. Следует иметь в виду, что дети, которым сегодня десять-двенадцать лет, в 1972—1975 годах пойдут в загс.

Мы должны готовить наших детей к этому уже сегодня, и особенно в то время, когда им будет 14—16 лет. Но если мы хотим лучше подготовить к жизни молодежь в 14—16-летнем возрасте, то есть нынешних детей, которым сейчас 10—12 лет, то мы должны уже сейчас поставить перед учителями их будущие задачи и дать им необходимый инструмент для выполнения этих задач.

V БРАК, БОЛЕЗНЬ, ЗДОРОВЬЕ



1 НЕИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ

В книге «Проблема пола» мы рекомендовали молодым людям, прежде чем отправляться в загс, серьезно подумать о следующих моментах:

Жена должна быть здоровой и иметь здоровых родителей.

Она должна сознательно подходить к проблеме материнства, то есть обладать определенными знаниями гигиены, питания и воспитания детей.

Она должна быть строгой и заботливой.

Она не должна думать только о самой себе.

Нам нужны такие матери, которые открыто смотрят на мир и активно помогают преобразовывать его.

Отец также должен быть здоровым и иметь здоровых родителей.

Он также должен обладать определенными знаниями, проявлять активность не только на работе, но и в общественной жизни.

Отец также должен быть строгим и заботливым.

Молодые и пожилые отцы должны думать не только о себе и своем ближайшем окружении, но и способствовать тому, чтобы была счастлива не только их собственная семья, но и все другие семьи.

Отсюда вытекают следующие требования ко всем девушкам и молодым людям:

Чувство любви должно связывать девушку лишь с одним мужчиной, которого она с полной ответственностью будет уважать и признавать отцом своих детей.

Молодой человек также должен связывать свою жизнь с девушкой, которую он хотел бы видеть в качестве матери своих детей.

Этот совет следует дать молодым людям, ибо хронические заболевания — тяжелое бремя в совместной жизни супругов. Конечно, есть люди, которые обретают душевную силу в заботах о любимом человеке, страдающем каким-либо хроническим недугом. Иногда супругов прочнее привязывает друг к другу то обстоятельство, что один из них должен ухаживать за другим, заботиться о нем. Нередко, однако, семья распадается вследствие того, что один из супругов здоров, подвижен, бодр, в то время как другой ограни-

чен в своих жизненных проявлениях в результате хронического сердечного заболевания, нарушения обмена веществ, хронического ревматизма или туберкулеза. Если болезнь появляется на третьем или четвертом десятилетии жизни человека, то трудности, возникающие в связи с нею, более серьезны, чем в том случае, если человек заболел на пятом или шестом десятке лет.

В тесной связи с супружеской жизнью находятся так называемые женские заболевания. Они характеризуются болями, особенно болями в пояснице, и воспалительными процессами. Боли в пояснице могут объясняться самыми различными причинами. Источник болезни часто заключается не в мускулатуре поясницы, не в нижней части позвоночника, а в тазовой клетчатке.

Выделения, или так называемые бели (Fluor albus),— не заболевание, а его симптом. Они могут быть следствием хронического воспаления яйцевода или внутриматочной пленки. Но этот симптом может также указывать на то, что нарушен нормальный режим бактерий в слизистой оболочке матки. Во влагалище чистота уже не может быть обеспечена естественным образом, ибо в нем появляется значительное количество посторонних возбудителей.

Причины хронических воспалений бывают самые различные. В качестве таковых могут выступать не только простуда и нервные расстройства, неправильная половая жизнь, неправильные методы предупреждения беременности (coitus interruptus), но и неправильный образ жизни вообще.

Поэтому мы можем лишь настоятельно советовать всем женщинам, страдающим подобными недугами, со всем вниманием отнестись к этим сигналам, немедленно обратиться к гинекологу и не только выслушать его советы, но и безусловно следовать им. Нередко эти недуги излечиваются не сразу, требуют длительного лечения, выдержки и силы воли.

До сих пор в Германии около двадцати тысяч женщин умирают от рака матки. Очень много женщин преждевременно умирают от рака груди. Но число заболеваний обоими видами рака можно значительно сократить.

Несколько слов о раковом заболевании грудных желез. Оно появляется значительно чаще у женщин, которые не кормили детей грудью, и, наоборот, реже у женщин, кормивших

своих детей естественным образом. Совет врачей о том, чтобы женщины кормили своих детей грудью, принесет пользу и тем и другим.

Кроме того, женщина среднего возраста должна регулярно осматривать и ощупывать свои груди. В случае если она обнаружит хотя бы малейшие изменения, какие-либо уплотнения, трещины, рубцы или втяжение соска, она должна немедленно обратиться к врачу.

В последнее время был найден ряд эффективных средств борьбы с раком матки. Первым из них является периодический осмотр влагалища с помощью недавно изобретенного специального микроскопа (kolposkops). С помощью этого инструмента можно обнаружить раковое заболевание в его ранней стадии. В этой стадии удаление пораженных клеток слизистой оболочки не представляет больших трудностей. Для быстрого установления диагноза и в случае необходимости лечения болезни в ранней стадии необходимо преодолеть страх перед врачом.

У нас еще многие испытывают страх подвергнуться медицинскому осмотру. Природа этого страха очень сложна. Здесь и боязнь врача, и чувство неудобства при медицинском осмотре или даже легкие физические боли, причиняемые во время осмотра, и, наконец, боязнь правды. Пациенты боятся заключения врача и его последствий. Но разве положение улучшится оттого, что они боятся взглянуть правде в глаза и откладывают врачебное вмешательство! Рассмотрим отдельные компоненты страха несколько подробнее.

а) Боязнь врача. Конечно, наши врачи занимаются еще лишь своим непосредственным делом — лечением больного, они еще не освоили свою новую роль — роль домашнего врача. Конечно, большинство наших врачей в настоящее время настолько загружено, что у них не хватает времени для того, чтобы дружески поговорить с пациентом и вообще проявить к нему человеческую чуткость. Но такое положение изменится, и изменится оно тем быстрее, чем активнее наш народ будет работать над изменением характера профессии врача. Неужели женщины всерьез думают, что перевоспитать врачей невозможно? Да, мы говорим об этом со всей серьезностью, наши женщины должны перевоспитывать врачей. Они не должны терпеть невнимательного отношения, цинизма и неуважения к себе. В то же время мы хотим сказать, что и женщины должны вести себя соответствующим образом.

Каждый народ имеет таких врачей, которых он заслуживает. Но что представляют собой наши врачи? Это наши дети! Совсем недавно они сидели на школьной скамье. Более пятидесяти процентов наших молодых врачей — дети рабочих и крестьян. Почти половина всех студентов, изучающих медицину, девушки. Будет очень странно, если в скором времени страх перед врачом не исчезнет полностью. Новые врачи — помощники и должны быть помощниками и друзьями людей, и это должно выражаться во всем их поведении, в их тоне обращения к своим пациентам, в той осторожности, с которой они применяют методы медицинского освидетельствования, в такте, с которым они говорят больному неприятные истины. Врачам, воспитанным таким образом учителями и всем народом, нетрудно будет сделать профилактическую охрану здоровья человека нормой врачебной деятельности.

б) Страх правды. Если несколько десятков лет тому назад у больного обнаруживали рак, то это фактически означало его скорую смерть. В то время врачи могли лишь распознавать раковую опухоль, средствами же лечения рака они обладали крайне ограниченными.

Ныне все это изменилось. Например, с помощью различных методов можно безошибочно определить рак маточного зева в его самой ранней стадии. Только что появившийся нарост может быть полностью удален. Поэтому совершенно необходимо периодически обращаться к врачу и в случае заболевания немедленно лечиться. Раковые опухоли приводят к смерти лишь в случае, если они находятся в запущенном состоянии.

Намечаются и другие возможности предохранения от болезни. Уже давно было замечено, что женщины, исповедующие иудейство и ислам, а также монахини почти никогда не заболевали раком маточного зева. В связи с этим был установлен чрезвычайно важный факт. В смегме, то есть в жире, скапливающемся в крайней плоти, были обнаружены вещества, так называемые канцерогены, вызывающие раковое заболевание. Вследствие обрезания у представителей иудейского вероисповедования и арабов смегма скапливаться не может. Отсюда очень простой способ предохранения от рака маточного зева: идеальная чистота! Мужчины должны приучить себя ежедневно и тщательно мыть свой половой член.

Совершенно другой вопрос, также относящийся к данной проблеме: как предупредить то или иное заболевание? Или, точнее говоря, каким образом супруги могут предохранить друг друга от заболеваний? Во всех странах уже давно был доказан факт, что женатые живут дольше, чем неженатые. Главной причиной этого является, несомненно, та упорядоченность, которую вносит брак в жизнь человека. Если мы рассмотрим этот вопрос глубже, то увидим, какое чрезвычайно важное значение имеет брак в сохранении здоровья народа в целом. Мы, физиологи, гигиенисты и врачи, знаем достаточно много о здоровье и болезнях, чтобы сказать, что многих болезней, от которых ныне страдает человечество, можно избежать, если люди будут делать для себя необходимые выводы из всего того, что нам стало известно. Можно избежать и таких чрезвычайно распространенных хронических недугов, как повышенное кровяное давление, сердечные заболевания, ревматизм, нарушения обмена веществ, желудочные заболевания, а также болезни, которые обычно называют женскими: хроническое воспаление тазовой клетчатки и как следствие его — выделения, боли в спине, смещение или опущение матки, расслабление матки и дна таза. Отсюда вывод: здоровый образ жизни в здоровой семье.

Где, если не в семье, должен создаваться этот здоровый образ жизни? Где, если не в семье, должен он искать себе истинное пристанище? Как иначе может народ выработать этот здоровый образ жизни, если не убеждением супругов в необходимости следить за своим здоровьем!

Муж и жена должны договориться о том, каким образом они могут, соблюдая законы природы, исключить возможность проникновения тех или иных заболеваний в их семью. Они должны это сделать ради самих себя и ради своих детей. Прочная семья не только является основой общества, как это записано в Конституции ГДР, но она образует и основу здоровья всего народа.

Поэтому, готовясь к семейной жизни, будущие супруги должны усвоить основы гигиены и ухода за собой. И если это не было сделано раньше, то необходимо это сделать сейчас, дорогие читатели, нужно взять книгу о здоровье и внимательно изучить ее, это должен сделать и мужчина, и женщина. Будет мало пользы, если только один из супругов поймет, какое большое значение имеет здоровье обоих супру-

гов для их семейной жизни. Они оба должны понять это и действовать соответствующим образом, ибо за хорошее здоровье нужно бороться. Здоровье нельзя купить, источник его в нашем образе жизни. Нужна постоянная практика, нужно отбрасывать все ложное и делать то, что способствует укреплению здоровья.

Никто не может поступать правильно, не зная, что хорошо и что плохо. В данном случае вначале должно быть не действие, а изучение, за которым должно последовать действие.

2 ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ

Почти во всех книгах о браке и любви в прошлом и настоящем подробно освещаются проблемы венерических заболеваний, точнее говоря, инфекционных венерических заболеваний. Мы не считаем возможным делать то же самое, ибо: а) они играют ныне не большую роль, чем другие инфекционные заболевания (например, туберкулез); б) определять и лечить болезнь — дело врача; цель данной книги — помочь здоровым супругам, а не быть руководством по медицине; в) определять болезнь и излечивать человека от нее — дело врача. Эта третья причина приобретает особо важное значение в связи с тем, что венерические заболевания трудно распознаются. Для того чтобы точно определить сифилис в различных его стадиях или скрытый триппер, необходимо иметь в своем распоряжении целую лабораторию с микроскопами и сывороточными тестами.

Для того чтобы применять современные, очень эффективные, но в то же время очень сложные методы быстрого и радикального лечения болезни, нужно быть врачом-венерологом.

Автор может дать как семейным, так и несемейным только один совет: если вы обнаружили на своих половых органах какие-то изменения, немедленно идите к врачу. Тем более тот, кто имеет все основания предполагать, что он мог заразиться венерической болезнью, должен немедленно идти к врачу для самого тщательного осмотра.

Раньше людям, страдающим туберкулезом, не советовали жениться или выходить замуж. Двадцать-тридцать лет назад было принято думать, что больная туберкулезом девушка

не должна выходить замуж, женщина не должна иметь детей, мать не должна кормить своего ребенка грудью. Ныне это положение уже не соответствует действительности. В народе же эта традиция сохраняет свою силу. Но она устарела. Туберкулез относится к тем болезням, которые при правильном лечении вполне излечимы, и это делается в таких масштабах, о которых люди раньше не могли и мечтать. Поэтому туберкулез не служит препятствием ни для вступления в брак, ни для материнства. Старый обычай сохраняет свою силу лишь при активной форме туберкулеза, требующего лечения. Ныне наш совет гласит: сначала полностью вылечиться, а потом вступать в брак, а для семейных — сначала лечение и лишь затем потомство. Пусть станет добрым обычаем правило, когда жених и невеста перед тем, как вступать в брак, сходят к врачу и открыто расскажут друг другу о состоянии своего здоровья. Если же при осмотре обнаружилась какая-то болезнь, требующая лечения, то лучше сначала вылечиться и лишь затем идти регистрироваться.

3 О ПЕРЕГРУЗКЕ ЖЕНЩИНЫ

На женщину легла новая, психическая нагрузка вследствие того, что в начале прошлого века женщина покинула домашний очаг и начала работать на производстве, в учреждении, лаборатории или школе. Число таких женщин становится все больше и больше. В Западной Германии их насчитывается 30% от общего числа всех работающих, в ГДР их около 40, в Финляндии это число достигло 60%.

Что привело к увеличению нагрузки женщины? Общественное развитие. Женщины завоевали себе право учиться в школе и в вузе, заниматься политической деятельностью, участвовать в выборах. Причину этого, как и любого общественного явления, следует искать в производственных отношениях. Мы должны задать вопрос: «Каким образом осуществляется производство материальных благ в том или ином обществе, в той или иной стране, в тот или иной период?» Отсюда мы можем, конечно не механически, объяснить все другие отношения между людьми.

Женщины всегда выполняли определенную, иногда очень тяжелую работу. Они были заняты на производстве, уха-

живали за скотом, работали в саду и в поле, убирали урожай. Они пряли, ткали, шили, создавали запасы продовольствия, готовили пищу, мололи зерно, пекли хлеб, собирали пряности, варили мыло и т. д.

Профессор Адольф Тиме писал в 1929 году:

«Каждому полу свое, но труд обоим полам, ибо только благодаря ему человек обретает чувство собственного достоинства, осознает себя как личность, только он делает нас, и мужчину и женщину, людьми. Женщины работали с незапамятных времен, работали много, выполняли тяжелую работу. Больше того, можно сказать, что нет работы, которую не выполняла бы женщина. Что стало бы с человечеством, если бы женщины не восстанавливали то, что разрушали мужчины? Выполняя всю эту тяжелую, однообразную и изнурительную работу, они в то же время беззаветно выполняли и свою специфическую общенародную миссию, которую могли выполнить только они,— материнство и воспитание детей. И все это женщина делала в течение тысячелетий, без шума, терпеливо, страдая, умирая в счастливом сознании материнства. Судьба женщины окружена ореолом страдания.

Однако трагедия женского труда в полной мере обнаружилась лишь тогда, когда в силу экономической и социальной необходимости целью труда, осуществляемого к тому же вне дома, стало не обслуживание, как это было раньше, а заработок. Недостаточный заработок мужчины вынудил и замужнюю женщину идти на работу. Получение ее лишь в редких случаях зависело от особого характера труда, чаще всего это определялось его крайне низкой оплатой. Женский труд почти всегда представлял собой неквалифицированный, малопроизводительный и потому дешевый труд, который оплачивался ниже труда мужчины даже в том случае, если достигались одинаковые результаты.

Почему же женский труд, осуществляемый вне дома, с каждым днем становится все более и более необходимым? Закономерная рационализация производства дает о себе знать все больше и больше. Она приводит к тому, что операции, требующие физических усилий, выполняются машинами, автоматами и конвейерами. Это обусловливает не только бесспорно облегчающие труд последствия, но и разделение и измельчание самого процесса труда, который может выполняться более слабыми и в то же время более ловкими руками. По мнению промышленных кругов, это как раз работа для женщины! Все еще употребляющееся выражение «место женщины дома» стало в еще большей степени тем, чем оно было и раньше,— всего лишь пустой фразой.

Ныне оно больше, чем когда-либо раньше, абсурд. Для женщины наступило время, когда она из сферы семьи вышла на путь развития собственной личности» [1].

Что же изменилось за последние сто лет по сравнению с предыдущими тысячелетиями? Изменилось лишь одно: в течение предыдущих тысячелетий истории человечества жилище и место работы женщины совпадали. Женщина работала в своем жилище или рядом с ним. После промышленной революции женщина все чаще и чаще уходила в мануфактуру или на фабрику. Работа переместилась из дома на фабрику; и женщина последовала за работой. Выполняя специализированную работу (обмотку якоря, монтаж радиоаппаратуры и т. д.), женщина зарабатывает достаточно для того, чтобы обеспечивать себя продовольствием, одеждой и т. д. Сначала на работу шли молодые девушки, затем незамужние женщины более старшего возраста, наконец, замужние женщины и матери. В результате отделения места работы от жилища возникло множество проблем общегигиенического и социально-гигиенического порядка. Я ограничусь лишь освещением этих новых проблем. Гигиенические проблемы женского труда существовали и раньше, ибо работа женщины дома в прошлом отнюдь не всегда отвечала требованиям гигиены. Жилища были зачастую плохо освещены и перенаселены. Едкий дым отрицательно действовал на зрение и дыхательные органы. Вследствие чрезмерной скученности возникали инфекционные заболевания. Тяжелый труд приводил к преждевременной старости женщины. В некоторых местностях было широко распространено выпадение влагалища и матки. Я предоставляю врачам на производстве анализировать вредные последствия работы на фабрике и в учреждении. Они касаются как мужчин, так и женщин. Но поскольку женщины вследствие их анатомо-физиологического отличия от мужчин страдают больше, мы говорим о проблемах женского труда, особенно о вредном воздействии облучения, жары, холода, ядов, газов, пыли, статического перенапряжения и т. д. Так как отделение места работы от жилища есть главная причина отрицательных влияний женского труда, нам необходимо предварительно выяснить важность данной проблемы. Возникают вопросы:

---

[1] Thiele—Kruger, Frauenarbeit.

а) Какова удаленность рабочего места от жилища? Каково расстояние между ними и сколько времени требуется для того, чтобы преодолеть это расстояние?

В 1922—1923 годах Дрозель и Грабе изучали ежедневные поездки рабочих и служащих вагоностроительного завода Фукса (в Кирхгейме, близ Гейдельберга), которым приходилось тратить в пути на работу и с работы два с половиной часа. Следовательно, к обычному восьмичасовому рабочему дню прибавлялось от двух до четырех часов.

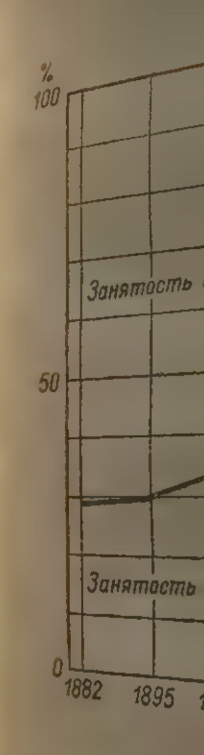
Новейшие исследования, проведенные на заводе Сименса, где занято много женщин, дали сходные результаты. Расстояния оказались еще более значительными. Но поскольку средства сообщения улучшились, удаленность жилья от места работы не является более столь обременительной.

б) Мы задаем вопрос: «Сколько женщин работает вне дома?»

В ГДР в 1964 году из 5,1 миллиона трудоспособных женщин 3,5 миллиона было занято в промышленности, торговле и сельском хозяйстве. (Из общего числа 9,2 миллиона женщин и девушек 1,9 миллиона еще не достигли пятнадцатилетнего возраста, 2,2 миллиона женщин были старше 60 лет.)

Доля женщин в общем числе занятых начиная с 1952 года возрастала:

1952	42,7%
1962	46,0%
1964	46,3%



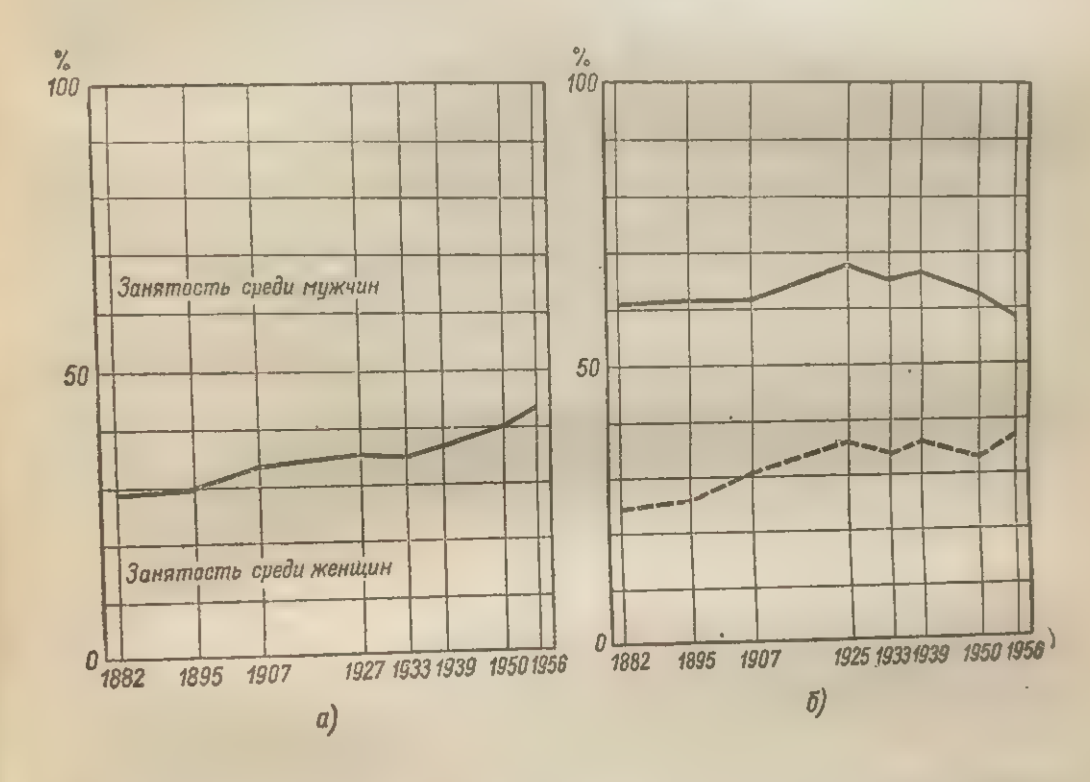
В различных профессональных группах этот рост происходил неравномерно:

	Промышленность	Строительство	Ремесленное производство	С/х, лесное хоз.	Почта	Торговля	Здравоохранение
1952	36,8	12,6	33,0	50,6	51,6	56,5	58,5
1962	40,0	9,1	37,1	46,8	63,3	65,7	64,5
1964	46,3	9,3	37,6	46,2	64,0	66,4	65,3

Налицо уменьшение занятости женщин в строительстве, сельском и лесном хозяйстве и рост в почтовых учреждениях, торговле, здравоохранении и органах народного образова-

Рис. 80а. Процент занятости женского населения (без учениц). 1882—1939 годы — Германия, 1950—1956 годы — Германская Демократическая Республика. Доля женщин среди самодеятельного населения постоянно увеличивается с 1882 года.

Рис. 80б. Доля самодеятельного населения на 100 человек по половому признаку. 1882—1939 годы — Германия, 1950—1956 годы — Германская Демократическая Республика. Доля мужского самодеятельного населения на каждые 100 человек с 1939 года уменьшается. Доля женского самодеятельного населения на каждые 100 женщин в целом увеличивалась до 1956 года.
——— мужчины; — — — — — женщины.



ния. Диаграммы 80а и 80б показывают рост самодеятельного населения, занятого вне дома, и в то же время относительно более быстрый рост удельного веса женского труда с начала XX века.

В XX веке понятие «женский труд» приобрело совершенно новую окраску. Если раньше в качестве женских профессий, кроме сельского хозяйства и ремесленного производства, считались лишь немногие профессии, например воспитательница, обслуживающий персонал, то ныне женщины завоевали практически все профессии. Они добились права на обучение, на получение профессии в ремесленном производстве. Несколько десятилетий тому назад женщина принималась лишь на обучение профессиям парикмахера и порт-

ного. Ныне она может изучить почти любую профессию, связанную с ремесленным производством. Тот факт, что женщина может овладеть любой профессией, объясняется изменением характера труда в промышленности. Тяжелый физический труд встречается все реже и реже. Машины, заменяя мускульную силу человека, осуществляют перевозку тяжелых грузов. Женщина может с таким же успехом управлять краном, как и мужчина. В связи с такими изменениями на производстве специализация распространилась и на женский труд. Еще не изучен вопрос о том, в какой мере односторонняя нагрузка нервной системы воздействует на женщину и на мужчину. Мы должны еще с большим правом, чем для мужчин, требовать для женщины компенсации ее одностороннего труда.

Очень часто в качестве особой проблемы женского труда общественность выдвигает на первое место вопрос о двойной или даже тройной нагрузке женщины. Конечно, двойная и тройная нагрузка — сложная проблема. Однако вся сложность ее опять-таки есть следствие отрыва женщины от семьи во время ее работы. В прошлом женщинам также по временам приходилось нести двойную или тройную нагрузку.

1. Как уже указывалось, они производили различные материальные блага.

2. Вели домашнее хозяйство.

3. Несли тяготы, связанные с продолжением человеческого рода.

Однако осуществление этих функций в интересах общества совпадало во времени и пространстве. Правда, и в таком случае для большинства женщин, то есть для всех тех, кто не мог позволить себе иметь домработницу, рабочий день составлял четырнадцать-шестнадцать часов. Вследствие этого у женщины наступала преждевременная старость. Было бы величайшим заблуждением думать, что в прошлом большинство женщин жило лучше, чем в настоящее время. Однако в то время мать могла смотреть за детьми между делом. К тому же старшие дети могли оказывать ей помощь. Они могли, например, сменить ребенку пеленки. Ныне же у матери совершенно иное положение. Отделение работы от жилища привело к тому, что три функции, выполняемые женщиной, следуют одна за другой. После того как женщина отработала восемь часов на производстве и час или два потратила на дорогу, для нее рабочий день еще не кончается: ее ждут дети

и домашние дела. На работе она уже думает о том, что ожидает ее дома.

За маленькими детьми она должна присматривать сама, они мало чем могут помочь ей. Они не могут содействовать повышению жизненного уровня семьи путем дополнительного заработка и помощи дома. Подростки в возрасте 14—18 лет, которые в прошлом очень много делали для семьи, не могут в настоящее время оказывать ей существенную помощь, они настолько загружены учебой и приготовлением домашних заданий, что их день заполнен до предела.

Во всех этих случаях трудности — следствие переходного периода. Девушки, которые ныне прилежно учатся, будут завтра жить совершенно иначе, чем их матери. Но мужчина должен больше помогать своей жене преодолевать имеющиеся трудности.

В настоящее время новое положение во многих случаях не дает о себе знать благодаря помощи бабушки. Если бы не было бабушки, многие молодые женщины, у которых муж инженер, не смогли бы работать. Бабушка ухаживает за маленькими детьми и ведет домашнее хозяйство. Но каково будет положение, когда это поколение бабушек уйдет из жизни, когда в 50—60-летнем возрасте окажутся женщины-врачи, учительницы, архитекторы? Найдутся ли через 20—30 лет бабушки, которые еще будут ухаживать за детьми?

Правильно ли, что молодое поколение живет за счет старшего, которое заслужило покой и имеет право на личную жизнь?

В беседах о работе женщины на производстве почти всегда заходит речь не только о том, что она не может разрешить конфликт между работой и уходом за детьми, их воспитанием, но и о том, что жена ученого, художника, члена совета протестует, когда слышит, что ее жизнь и труд называют непроизводительными.

Заблуждение, которое здесь необходимо рассеять, заключается в том, что понятие «производительный» понимается крайне узко. Если производство понимать лишь как получение продуктов питания, шитье одежды и создание машин, то в таком случае труд учителя, врача, художника окажется непроизводительным. Мы уже преодолели такое понимание труда. Воспитание, лечение, организация труда есть общественно полезный труд, не менее ценный, чем производительный труд.

Труд жены художника и ученого, министра и депутата, врача, жены, которая высвобождает мужу время, создает ему атмосферу для его работы, есть общественно полезный труд. Освобождать время — значит непосредственно содействовать производству, будь то труд изобретателя, инженера или врача. Даже неработающих женщин, помощниц и советчиц своих мужей, которых они освобождают от повседневных забот, создают им ту атмосферу, в которой только и могут развиваться наука и искусство, надо рассматривать как выполняющих функцию общественно полезного труда. Во избежание недоразумения заметим, что мы имеем в виду не тех праздных женщин, которые лишь ходят по магазинам, холят себя и к тому же имеют домработницу. Женщин подобного рода в ГДР стало настолько мало, что они уже не играют в нашей жизни никакой роли.

Мы говорим здесь о мыслящих и понимающих женах художников и ученых, создательницах той домашней атмосферы, в которой также вырастают и дети, ибо когда дети с малого возраста видят, с какой серьезностью родители относятся к умственному труду, видят, как литература, музыка и изобразительное искусство стали их жизненной потребностью, они приносят с собой в школу то богатство, которое другим, выросшим в менее благоприятной обстановке, позднее приходится приобретать в поте лица своего.

Споры о работе женщины вне дома еще больше усложняются той путаницей, которая обычно господствует в умах многих людей в период перехода от одного общественного строя к другому. Поэтому нужно еще раз совершенно ясно сказать, что если наши молодые женщины борются за право работать на заводе, в учреждении, в лаборатории, в школе, то это объясняется не только стремлением к экономической независимости. Значительно важнее для большинства женщин возможность, подобно мужчинам, полностью развернуть свои силы и способности. Они также хотят учиться, принимать активное участие в общественной жизни и развертывать все свои духовные и общественные силы. На основе этих двух элементов — общественной самостоятельности и всемерного повышения уровня сознания — возникнет новое ощущение своего бытия, новое самосознание, что, естественно, будет содействовать установлению новых отношений между полами.

Однако иным не в меру активным женщинам нужно уже сейчас сказать следующее: человек — это не только дух и не только тело. Женщина, которая без остатка отдается работе на производстве, в то же время и многое теряет. Женщина, которая не родила и не воспитала ни одного ребенка, не достигнет всестороннего развития, не проявит всего того, что в ней заложено. То же самое происходит и с мужчинами, которые не проявляют заботы о жене и детях, хотя у них это биологически и не выражено в столь сильной степени.

В связи с этим — некоторые соображения, направленные на устранение этого явления.

Если мы хотим помочь женщине, то мы должны иметь в виду указанные выше изменения. Не может быть никакого возврата к прошлому, развитие происходит семимильными шагами. Характер женского труда будет изменяться и в дальнейшем. К счастью, многое из того, что в настоящее время еще внушает нам опасение и доставляет много хлопот, через 10—20 лет будет устранено. Рабочий день будет сокращаться. Замужние женщины, имеющие детей, каждую неделю будут, по-видимому, иметь дополнительно однодневный отпуск, и матери с малолетними детьми будут больше бывать дома. Средства сообщения позволят быстрее преодолевать значительные расстояния. Но главное — вопрос о месте жительства женщины не будет уже предоставлен воле случая, место работы будет находиться на разумно допустимом расстоянии, как это имеет место в Ейзенхюттенштадте или в Хойерсверде.

Домашнее хозяйство будет механизировано настолько, что тяжелый физический труд дома станет редкостью. Мы должны воспитывать наших мальчиков и молодых мужчин таким образом, чтобы они не рассматривали работу в домашнем хозяйстве как «привилегию» или обязанность женщины, а убирали квартиру, следили за одеждой и обувью. Первая из двух нагрузок — работа на производстве и домашнее хозяйство — в скором времени в значительной степени смягчится и при разумном распределении обязанностей между мужчиной и женщиной утратит свое значение как дополнительное бремя.

При всех обстоятельствах женщина будет выполнять дополнительную нагрузку, свою генеративную функцию — беременность, роды, послеродовой период, а также период

кормления ребенка. Это индивидуальный вклад женщины в развитие всего общества.

Еще не ясен вопрос о том, не лучше ли воспитание ребенка на первом и втором году жизни предоставить матери. Следующее поколение матерей в возрасте 20—30 лет будет знакомо с основами кормления грудных детей, ухода за ними и воспитания.

После этого взгляда в будущее давайте зададимся вопросом, что мы можем сделать для облегчения положения женщины уже сегодня.

Индивидуальная гигиена женщины не может решить этих вопросов. Это следует подчеркнуть со всей определенностью, так как в настоящее время в Западной Германии раздаются голоса, призывающие объявить вопросы народного здоровья сугубо личным делом каждого. Какой бы необходимостью для женщины ни было правильное питание и уход за собой, спорт и отдых, решение проблемы заключается не только в гигиене отдельной женщины. Эффективной может быть лишь социальная гигиена, то есть организованная охрана здоровья женщин, работающих вне дома. Нужно еще больше следить за тем, чтобы для нормального проведения обеденного перерыва па предприятиях были созданы соответствующие условия (помещения для отдыха в лежачем положении, кресла с откидными спинками, возможность принять ножные ванны, зеленые насаждения на заводе или рядом с ним). Работа столовых должна быть значительно улучшена (качество питания и форма обслуживания).

Общественному равноправию женщины, гарантированному конституцией, противостоит биологическое неравенство мужчины и женщины. Это неравенство заложено, как об этом уже указывалось, не только в телосложении и в характере кожи, в общей физиологии и физиологии нервной системы, но и в том, что замужняя женщина, рожающая и воспитывающая детей, несет дополнительную нагрузку. Законодатель сделал из этого факта правильный вывод о том, что равенство может быть восстановлено лишь путем разгрузки женщины. Направление этой разгрузки мы указывали в нашем экскурсе в будущее. Что же из этого уже было осуществлено в законодательном порядке и что возможно сделать уже в настоящее время? Существующие законы о защите женщины и матери должны быть повсеместно проведены в жизнь.

Что необходимо сделать в ближайшее время?

1. Больше создавать совершенных предметов домашнего обихода.

2. Еще больше облегчить женщине закупку предметов широкого потребления и продовольствия. Одним из путей этого служит организация продажи продовольствия по предварительным заказам на предприятиях. Но мы должны также подумать и о том, чтобы в будущем хлеб, молоко и другие продукты доставлялись на дом.

3. Улучшить работу транспорта. Там, где это возможно, необходимо сокращать расстояние между домом и местом работы путем организации обмена жилплощади.

4. Чтобы сохранить биологическое и общественное единство матери и ребенка, мы должны продлить женщине отпуск по беременности и организовать на предприятиях комнаты для кормления грудных детей и детские ясли. В течение первых шести месяцев грудному ребенку нужно, безусловно, обеспечить материнское молоко. Независимо от будущего развития, которое, по-видимому, приведет к тому, что грудные и маленькие дети будут находиться в семье, которая будет иной, чем нынешняя, в квартире, которая будет отличаться от существующих в настоящее время,— независимо от всего этого для облегчения положения женщины необходимо больше создавать детских садов и яслей и школьных групп продленного дня.

Особенно важным представляется нам создание школ-интернатов для юношей 14—18-летнего возраста. В то время как маленький ребенок все время с матерью, 15—18-летний молодой человек рвется из дому. Поскольку дома он служит источником споров и беспокойств, ему требуется общественное воспитание. Разрешается целый комплекс проблем, когда школьники указанного возраста могут попасть в школы-интернаты, во главе которых, естественно, должны стоять отличные воспитатели.

Это поможет матерям возвратиться к своей любимой работе и осуществить свое право на труд.

5. Путем совместных усилий общин, предприятий и общественных организаций нужно устранить три следствия послевоенного развития: жизнь супругов по запискам, воспитание ребенка по запискам и детей с ключами.

«Жизнь супругов по запискам» — это та нездоровая форма семейной жизни, когда супруги не видят друг друга, а об-

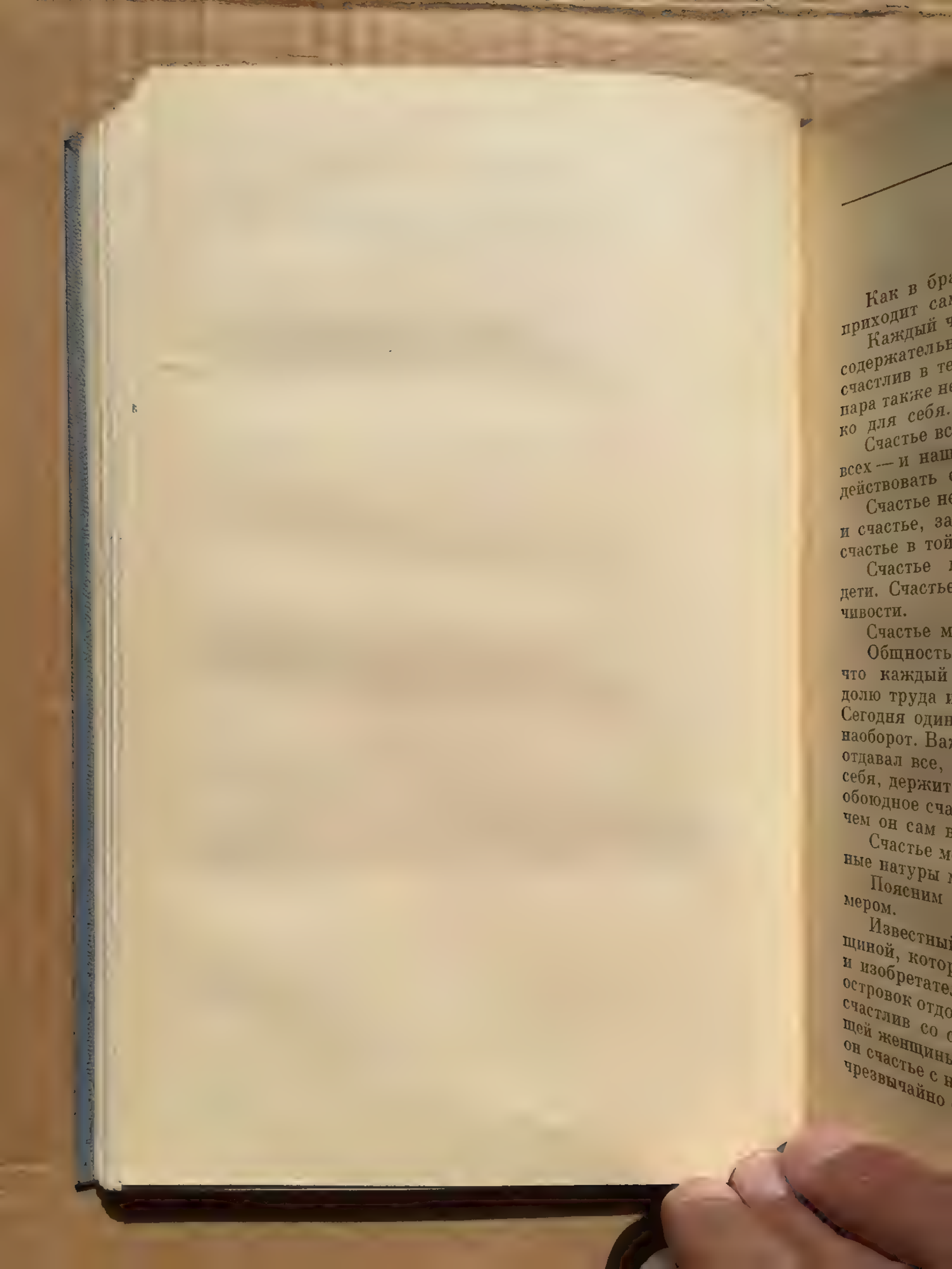
щаются посредством записок: «Жареная картошка в духовке. Салат уже вымыт, можешь есть». Или: «Печка потухла, принеси, пожалуйста, угля и наколи дров. Я потом сама затоплю печь».

Но особенно сильно страдают от этого дети. Ныне случается, что родители общаются с детьми записками: «Зайди в магазин за хлебом и маргарином. Все уже оплачено». Или: «Не забудь выключить газ...» — и так до бесконечности. Отношения, основанные на записках, суть проявление крайне бедственного положения, которое должно быть ликвидировано как можно скорее.

Такую же нелепость представляют собой так называемые «дети с ключами». Это маленькие дети, которым ключ от квартиры вешается на шею, или школьники, которые чаще всего носят ключ на шнурке в кармане. Этих детей нужно как можно скорее устроить в детский сад или в группы продленного дня. Такая самостоятельность, которая приобретается детьми с ключами, преждевременна и не приносит ничего хорошего.

Но детские сады — это не только место безопасного пребывания детей. Когда Фрёбель создавал свои первые детские сады, он думал прежде всего о воспитании детей дошкольного возраста. Мария Монтессори не только хотела убрать маленьких сорванцов с улиц Рима, но и воспитать из них полезных членов общества. Детский сад как место совместных детских игр, физического и духовного воспитания детей дошкольного возраста станет неотъемлемой составной частью социалистического воспитания всех детей. Но мы, вероятно, не будем «отдавать» туда наших детей на восемь-девять часов; они будут, подобно школьникам младших классов, три-четыре часа ежедневно играть со своими сверстниками в детском саду, который, по словам Фрёбеля, должен быть действительно садом, а не классной комнатой.

VI. БРАК КАК ПОТРЕБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА



1 ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ОСНОВОЙ СЧАСТЬЯ В БРАКЕ?

Как в браке, так и в жизни вообще счастье никогда не приходит само собой.

Каждый человек должен делать выбор: наслаждения или содержательная жизнь. Единолично человек не может быть счастлив в течение длительного времени. Одна супружеская пара также не может жить уединенно и быть счастливой только для себя.

Счастье всех есть также и наше личное счастье, несчастье всех — и наше личное несчастье. Наше счастье должно содействовать счастью всех.

Счастье не приходит само собой. В жизни все, в том числе и счастье, завоевывается, достигается трудом. Мы обретаем счастье в той же мере, в какой даем его другим.

Счастье может означать крепкое здоровье, хорошие дети. Счастье не падает с неба, оно требует ума, настойчивости.

Счастье может означать участие в общем деле.

Общность интересов, равноправие отнюдь не означают, что каждый из супругов должен выполнять одинаковую долю труда или в одинаковой мере отказываться от чего-то. Сегодня один отдает почти все, а другой ничего. Завтра же наоборот. Важно лишь, чтобы каждый всегда и безоговорочно отдавал все, что он может дать. Кто оставляет что-либо для себя, держит что-то в резерве, тот не может рассчитывать на обоюдное счастье. Никто не может получить в браке больше, чем он сам вложил в него.

Счастье может означать взаимную помощь. Очень различные натуры могут быть счастливы в совместной жизни.

Поясним это, может быть, не очень оригинальным примером.

Известный артист состоял в браке с очень скромной женщиной, которая отдавала все свои силы, всю свою фантазию и изобретательность тому, чтобы создать в семье для мужа островок отдохновения. Многие удивлялись, как он может быть счастлив со своей женой, почему не ищет себе более блестящей женщины. Он легко мог бы найти такую. Но нашел ли бы он счастье с ней? Все видели, что он счастлив и доволен своей чрезвычайно скромной и неприметной женой и воспитанными

детьми. Было бы лучше, если бы критики постарались уяснить себе причины такого семейного счастья, вместо того чтобы попусту судачить об этом. Им следовало бы поразмыслить над тем, почему популярный артист, который, по их мнению, мог бы «иметь» много других, блестящих женщин, и не собирается оставлять свою жену или огорчать ее изменой. Разве не ясно, что равновесие было бы нарушено? Почему критики не учитывают того, что и жена действует вполне сознательно, хотя она внешне и не выдвигает себя на передний план. Она тоже могла бы вести себя совершенно иначе, но не желает этого. Она знает, что в гуще городской театральной жизни они могут быть оба счастливы лишь таким, уже проверенным ею способом.

Весы человеческого счастья — это, конечно, не аптечные весы, и в то же время они являются ими в определенном смысле. Они должны быть всегда в состоянии равновесия. Но иногда случается и так, что грамм на одной чаше весов перевешивает тысячу граммов на другой.

Но приносить счастье и принимать жертву можно и другим путем. Одна учительница вышла замуж за молодого рабочего. Вскоре его направили на учебу. Для его жены наступили трудные, полные лишений годы, так как она в основном сама должна была содержать себя и троих детей, которые появились в период его учебы. Наконец молодой человек завершил учебу и стал дипломированным инженером. Потом он действовал гораздо умнее тех, кто превращал свою жену в домработницу. Он сделал все, чтобы жена также повышала свою квалификацию и вовремя сдавала необходимые экзамены. Ныне они оба принимают активное участие в общественной жизни, он уже стал кандидатом технических наук, оба уделяют много внимания детям.

2 ТРУДНОСТИ В СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ И ПУТИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ

В кратком историческом обзоре мы указывали, что буржуазный и крестьянский браки представляли собой в основном производственное объединение. С того времени производство из дома перешло на завод, а сельское хозяйство ведется крупными коллективами.

Однако и современные браки часто будут носить характер товарищеского сотрудничества.

Все чаще в брак вступают представители одной профессии: врачи, художники и т. д. Еще чаще можно наблюдать случаи — и это представляется нам более удачным решением, — когда вступают в брак люди, профессии которых дополняют друг друга: географ женится на преподавательнице ботаники, драматург на актрисе. В этом выражается стремление молодых людей к тесному взаимному общению, стремление жить с человеком, который хотя и занимается в другой области, но может глубже понять профессиональные интересы другого. Подобный взаимный обмен может иметь место и в том случае, когда у супругов совершенно различные профессии.

Это происходит примерно таким образом.

Техник или химик, имевший склонность к музыке или изобразительному искусству, но выбравший другую профессию, нередко женится на художнице или пианистке. Часто такие браки бывают довольно удачными. Однако они нередко подвергаются опасности, если одна сторона замыкается в себе. Несколько лет проходит спокойно. Но, возвращаясь к нашему примеру, пианистка оказывается в жизни мужа лелеемым цветком. Если же она уверует в свое величие, в свою исключительность, если она не будет стремиться войти в духовный мир своего мужа, а будет ошибочно полагать, что ее музыкальная деятельность выше, чем его математика или техника, которая годится лишь для того, чтобы как можно лучше обеспечивать семью материально, то неизбежно наступит кризис. Через десять, а иногда пятнадцать лет на сцене появится его ассистентка, которая понимает его и делит с ним заботы, а не только украшает его досуг. Пианистка также должна выйти из своего узкого круга, должна постараться проникнуть в творческий мир мужа и даже приобрести достаточно познаний, чтобы иногда дать ему тот или иной совет. Ничто не воспринимается с такой благодарностью, как дельный совет любимой женщины. Часто это бывает не что иное, как его же собственная мысль, запавшая в сознание жадно внимающей ему женщины и нашедшая в ней благоприятную почву.

Одного примера будет достаточно. Мы считаем нужным подчеркнуть, что в условиях равноправия химиком может быть и женщина, а художником мужчина.

Многие, очень многие браки расстраиваются вследствие того, что один из супругов или оба не могут выйти за рамки своей профессиональной деятельности. Муж не интересуется домашним хозяйством или воспитанием детей, жена не интересуется работой мужа или его любимым занятием. Но мы ни в чем так сильно не нуждаемся, как в моральной поддержке со стороны другого человека. Одно из многих определений любви гласит: «Любовь есть положительное утверждение человека независимо от его достоинств». Имеются в виду его внешние достоинства, его внешние, усвоенные интеллектуальные качества. Мы в детстве испытываем такую любовь со стороны матери. Мать любит всех своих детей — и неспособных, и детей с теми или иными дефектами, причиняющими ей страдания. Часто мать проявляет особенно большую заботу как раз к слабым, трудным детям, и эта постоянная забота привязывает ее к ребенку еще больше.

Мы и здесь обнаруживаем взаимодействие, характерное для всех видов любви: чем больше любви и заботы проявляют люди по отношению к другому человеку, чем глубже будет ответная любовь, тем более крепкими и тесными будут узы, связывающие их.

Все мы, будучи молодыми, но уже взрослыми, тянемся ко второй матери. (Эта тоска объясняется очень просто. Я имею в виду не привязанность к матери, к отцу и вообще не комплекс царя Эдипа и не что-либо подобное.) Нельзя сказать — поэтому приведенное выше определение и не является применимым к любым случаям жизни,— что при всех формах любовной связи между мужчиной и женщиной достоинства человека не играют никакой роли. Совершенно напротив, здесь приобретают особую ценность физическая красота, изящество, способности, искусство, знания, успехи, но — и здесь определение сохраняет свою силу — любящий любит не только достоинства, но человека в целом. Он пренебрегает теми недостатками, к которым другие относятся отрицательно. Он принимает и тень, которая находится в соседстве со светом. Добродетели и успехи признаются всеми. Но с нашими недостатками мы всегда находим прибежище у того, кто отнюдь не закрывает на них глаза, не игнорирует их, но относится к ним по-матерински, снисходительно. Как приятно бывает, если другой человек помогает нам переносить и преодолевать наши недостатки.

Роль второго «я» никогда не была столь важной, как сегодня. Ее значение будет все больше и больше возрастать. Наша жизнь развивается и вширь, и вглубь. Мы почти все работаем в больших коллективах. Если мы не хотим потерять наш покой и нашу связь с миром, нам нужен человек, который утверждает наше существование и готов делить с нами радости и горести.

Скрыто или явно такое сообщество становится воспитательным сообществом. Давно уже замечено, что в течение десятилетий совместной жизни супруги начинают походить друг на друга. Это сходство основано на том, что супруги перенимают друг у друга манеру вести себя, выражение лица, не замечая того, они перенимают друг у друга и манеру мыслить, высказывать свои суждения, реагировать на те или иные события. Поскольку в жизни человека не существует только внутреннего или только внешнего мира, а внутренние переживания становятся видимыми и с внешней стороны, то счастливые супруги, которые не просто живут рядом, но живут друг с другом, неизбежно начинают походить друг на друга.

Так как взаимное воспитание неизбежно, то лучше всего делать это сознательно и стремиться сделать друг друга лучше. Иначе легко может случиться, что мы неосознанно можем перенять друг у друга и ошибки. Но следует заметить, что воспитывать — не значит поучать и читать нотации. Воспитывать взрослого можно двумя методами: примером или обращением к его сознанию. Если нам удалось осознать наши недостатки, которых мы сами уже не замечаем и о которых нам посторонний человек не скажет, то этим мы уже добились самого главного. Вначале этот процесс протекает, конечно, болезненно. Мы отнюдь не всегда испытываем радость, когда нам указывают на те или иные недостатки нашего поведения. Порой мы слишком быстро отворачиваемся от человека, который говорит нам правду. Если это посторонний человек, то мы просто уходим от него. Но отвернувшись, мы теряем знакомого или даже друга, а сами остаемся теми же. Но если это любимый нами и любящий нас человек, то спастись бегством невозможно.

Вообще говоря, воспитать другого может только любящий человек. Учителю, который не любит детей, лучше сменить свою профессию.

О единстве взглядов на воспитание детей

Задача воспитания настоящих людей предъявляет особые требования и к поведению родителей. Многие родители знают, что воспитание детей начинается с первого дня их существования. Когда грудной ребенок начинает воспринимать чувственные воздействия, в его сознании возникают первые неизгладимые впечатления. Еще задолго до того, как ребенок начинает говорить, он наблюдает. Уже в первые годы закладываются основы отношения человека к обществу, к миру. При этом бо́льшее значение имеет то, что́ делают родители, чем то, что́ они говорят, причем важно не столько то, что́ они говорят, сколько то, как они говорят.

Получается своеобразный парадокс — не родители воспитывают своих детей, а дети воспитывают своих родителей, если, конечно, последние разбираются в вопросах воспитания. Если в бездетной семье еще можно позволить себе те или иные отклонения от нормы, то в присутствии маленьких детей это недопустимо. Постепенно дети начинают все понимать. Воспитание изменяет их характер. Родители все больше и больше вынуждены апеллировать к сознанию своих взрослых детей и побуждать их к самовоспитанию. Многие родители допускают ошибку, слишком долго обращаясь с детьми, как с маленькими или, когда они уже находятся в юношеском возрасте, как со школьниками. Этим они вызывают совершенно ненужные противоречия между собой и детьми. В конце концов дети, ставшие взрослыми, постепенно выходят из-под влияния родителей, послав им на прощание привет и благодарность за воспитание. Этот прощальный привет — их личность. Характер этой личности является в известной степени отражением сущности самих родителей. Так как наши дети — продукт окружающего мира, который мы создавали для них в течение восемнадцати лет своими действиями и словами, то их личность и поведение представляют собой самую острую критику нашего брака.

В прошлом типичными были большие семьи. Не только в семьях крестьян, но и ремесленников вместе жили три поколения. Такое положение особенно характерно для крестьянских семей. В пристройке, как правило, живут старики, а в главной части дома — супруги и их дети. Такое положение самым естественным образом содействует решению множе-

ства проблем, которые мы с величайшим трудом решаем ныне в нашем обществе с его разделением труда и другими сложными явлениями. Дедушка и бабушка обеспечены, при этом они не только получают какое-то материальное обеспечение, их жизнь до самой смерти наполнена определенным содержанием. Дедушка что-то мастерит, помогает другим советом, бабушка ухаживает за мелким скотом и следит за внучатами. Для них бабушка и дедушка являются нередко надежным убежищем от уставших от работы и раздраженных родителей. У пожилых людей, живущих отдельно, есть время, а дети отнимают чрезвычайно много времени.

Сколько усилий нам приходится прилагать, чтобы обеспечить пожилых людей (дома престарелых, пенсионное обеспечение, трудоустройство пожилых, но еще работоспособных людей) и устроить детей в детские ясли и сады!

Как просто отражалась в сознании детей, выросших в сельской местности, смена поколений, когда три, а иногда и четыре поколения жили вместе! Насколько больше мыслительной работы требуется нашим детям, разделенным в школе на классы, чтобы понять эту естественную связь жизненных явлений.

Даже в западных странах (США, Западная Германия) уже признают, что полноценный человек не продукт природы, а порождение общества. Общество вкладывает свой труд в подрастающего человека до достижения им 18-летнего возраста, а что касается его интеллектуального развития, то и до 24—25 лет. Этот процесс начинается не с момента поступления человека в школу, а с первого дня его жизни.

Если мы ничего не будем делать для воспитания здоровых и полноценных граждан, то наступит день, когда общество окажется без способных к труду работников — работников в широком смысле слова, то есть ученых, инженеров и т. д.

В наше время мы часто слышим о жизненном уровне, о росте потребностей и даже о пробуждении потребностей, когда нужно найти покупателей для сбыта произведенных товаров. Однако следует подумать о главных человеческих потребностях, которые не нужно пробуждать искусственно. Я имею в виду потребность в здоровой пище, в жилище и одежде. К сожалению, не столь заметна потребность в человеческом общении, во взаимном обмене, независимо от того, носит ли этот обмен личный характер или осуществляется через литературу и искусство. (Оба момента, понимаемые

в широком смысле слова, являются продуктом человеческого общества и в то же время средством связи между членами общества. Совместное чтение, участие в театральных представлениях, музицирование, рисование и т. п. не только создают искусство, но и дают возможность наслаждаться произведениями искусства. Литература и искусство воспроизводят прошлое и настоящее.)

Важнейшей потребностью человека является человек. Человек многое утрачивает, если он не может соизмерять себя с другим человеком, обмениваться с ним мыслями, ориентироваться на него. Лучше ненавидеть другого человека, чем оставаться в полном одиночестве. Но гораздо лучше любить других. По свидетельству древних мудрецов, любовь является лучшим из всего того, что можно подарить другому человеку. Равнодушие, невнимание, а также отсутствие внимания к вам самим равносильно смерти.

Нужно вновь глубоко изучить вопрос о возможности воспитания маленьких детей в течение первых лет их жизни в основном в семье, учитывая нынешний уровень народного образования, знакомство с вопросами детского питания и современную организацию женских консультаций. Маленьким детям нужны мать и отец, и опять-таки мы повторяем, что им нужны понимающие и образованные родители.

Детские ясли, детские сады, детские дома, группы продленного дня следует рассматривать лишь как дополнение к домашнему воспитанию, как помощь семье или ее замену в особых случаях, например для единственного ребенка, явления социологически нездорового, для внебрачного ребенка, который в большинстве случаев остается единственным и особо нуждается в обществе детей.

Чувство стыда

Чувство стыда появляется при обособлении человека от коллектива. Нам становится стыдно, если мы появляемся в театре в будничной рубашке, но такое же чувство охватывает нас и в том случае, если мы отправляемся в поход в лакированных ботинках.

Одна мать сшила для своего сына, учившегося в младших классах, костюмчик из красивой дорогой материи. В течение двух лет мальчик спокойно ходил в школу. Но вот в нем пробудилось сознание того, что он одет не как настоящий

школьник. Со слезами на глазах он умолял мать купить ему «настоящий костюм», и ей ничего не оставалось делать, как выполнить его просьбу.

Как только мы начинаем понимать, что в чем-то отличаемся от других, выглядим и ведем себя иначе, чем другие, сразу же в нас появляется чувство, которое мы называем чувством стыда, но которое правильнее было бы назвать сознанием стыда. У взрослого такая ситуация возникает вследствие того, что он дает всему оценку. Его раздумья могут привести к выводу, что его поведение, его манера одеваться идет к нему и характеризует его с положительной стороны, и тогда чувство стыда сменяется чувством гордости, и он сознательно выделяет себя из ряда других людей. Например, он может не делать того, что делают другие.

Если же размышления приведут его к выводу, что он обособляется без достаточного на то основания, вступает в противоречие с обычаями и нравами, другими словами, что он поступает безнравственно, тогда чувство стыда выполнило свою общественную функцию. Оно направило человека на правильный путь — на путь возвращения в лоно общества.

Среди множества ситуаций, в которых может появляться чувство стыда, особую роль играет обнажение тех частей человеческого тела, которые, по общепринятому обычаю, показывать недопустимо. Турчанка стыдится обнажать нижнюю половину своего лица, в других странах стыдятся обнажать ноги, шею, грудь. Нет ни одной части человеческого тела, обнажения которой не стыдились бы в той или другой стране. Если в одной части света считается недопустимым оставлять обнаженными половые органы и поэтому мужчины при купании покрывают бедра, а женщины бедра и грудь, то в других частях света покрываются лишь бедра, а грудь остается обнаженной. В какой степени можно обнажать грудь, сказать с полной уверенностью нельзя: это диктуется модой. В данном случае дело обстоит примерно так же, как с будничной рубашкой в театре и лакированными ботинками в походе. Если женщина одета в длинное вечернее платье, то она не просто показывает, а подчеркивает свою грудь. Однако, если бы она пришла в нем на работу, то все нашли бы это неприличным. Ни одна женщина не рискнет появиться на пляже в ночной рубашке, хотя она и скрывает у нее все — от шеи до ступней. Она спокойно носит бикини, предоставляя себя взорам всех окружающих. Почему? На пляже при-

нято носить легкий, едва прикрывающий тело купальный костюм, а не ночную рубашку.

Правила, которые вызывают чувство стыда и управляют им, очень сложны.

Еще один пример, поясняющий это.

Несколько лет назад одна учительница вместе со своим мужем, актером по профессии, отправилась отдыхать в Эренсхуп. Когда они нашли себе удобное местечко на пляже, они с удивлением заметили, что справа и слева от них лежали совершенно обнаженные люди. Два или три дня они еще лежали в купальных костюмах. Потом они стали уже стыдиться этого. В течение последующих недель они спокойно купались среди обнаженных людей.

Но однажды на пляже появились школьники вместе со своим учителем и стали с удивлением рассматривать лежащих на пляже адамов и ев. И тут только учительница вспомнила, что и на ней нет купального костюма. Она тут же оделась, подошла к своему коллеге и заявила ему, что неприлично бесцеремонно разглядывать обнаженных людей. Разве в этом коротком рассказе не содержится все о чувстве стыда?

Но как обстоит дело с чувством стыда в отношениях между супругами, а также между родителями и детьми? У сексологов и специалистов по вопросам брака в настоящее время еще нет единого мнения по этим вопросам. Мы также не можем дать здесь общеобязательных правил.

Вообще говоря, если супруги стесняются друг друга, то это противоречит существу брачного союза. Но воспитание, воспоминания и привычки раннего детства действуют на чувства человека очень сильно, так что супруги должны проявлять в отношении друг друга внимательность и осторожность.

Одно можно сказать со всей определенностью: половой акт является для человека глубоким переживанием, которое он должен свято оберегать. Но в последнее время стали известны многочисленные факты нарушения этого важнейшего требования человеческой порядочности.

Следует самым настоятельным образом рекомендовать родителям проявлять в этом величайшую осторожность и осмотрительность и не делать своих детей свидетелями полового акта, если даже детям не более одного-двух лет!

Совершенно иначе следует рассматривать повседневный уход за своим телом и гигиеническую гимнастику. Мы должны

постоянно стремиться к тому, чтобы ликвидировать вредные последствия малоподвижного образа жизни и оставаться здоровыми в условиях нашей жизни, при отсутствии физического напряжения, когда людям приходится длительное время находиться в закрытых помещениях одетыми. Повседневный уход за телом с использованием воды, с массированием, протиранием кожи, упражнением мускулов, суставов и дыхания является чем-то простым и обычным, и относиться к нему следует соответствующим образом. Целесообразнее всего выполнять эти упражнения в совершенно обнаженном виде, так как только в таком случае мы можем промывать водой все участки нашего тела, открывать свободный доступ воздуху и совершенно свободно двигаться. Любой вид одежды помешал бы выполнению этих упражнений, а потому совершенно неразумно делать здесь что-либо такое, что помешало бы им. Купальные трусики в домашней ванне или трико во время гимнастики дома — это все равно что украшение из ракушек, поставленное на шкаф. Современный человек стремится к целесообразности везде, где она уместна. Поэтому нужно с раннего возраста приучать своих детей к повседневному уходу за кожей, упражнению мускулов и суставов, кровообращения и дыхания, и все это следует делать в обнаженном виде.

Сексуальное просвещение и воспитание детей

Знание строения человеческого организма и способов размножения еще не приводит человека к счастью в любви. Важным является лишь то, *кто́* и *как* говорит ребенку о том, что ему нужно знать,— отец, мать или уличные мальчишки. Важно, говорят ли отец, мать, учитель правду или ложь. Важно также, относятся ли отец или мать к своему ребенку достаточно серьезно, чтобы правильно разъяснить ему отношения между мужчиной и женщиной. Последнее представляется мне особенно важным. Многие родители относятся к своим детям недостаточно серьезно, они не могут отбросить ту стеснительность, которая была привита им их воспитанием. Относясь к своему ребенку без должной серьезности, вы вступаете на более удобный для себя путь: вы передоверяете делу случая вопрос о том, где ребенок может приобрести необходимые ему знания, и тем самым вы теряете

уважение ребенка. Лишь тот, кто уважает своего ребенка, может рассчитывать на уважение с его стороны. В этом, и только в этом, заключается связь необходимого конкретного сексуального просвещения и воспитания у ребенка правильного поведения. Одним лишь просвещением вообще нельзя повлиять на поведение детей. Собственно говоря, было бы совершенно безразлично, знает ли ребенок, как оплодотворяется яйцо, или нет. Но отнюдь не безразличным является то, что ребенок когда-нибудь узнает это сам и задаст себе вопрос, почему ему этого не сказала мать.

Сущность сексуального воспитания заключается в совершенно ином. Она состоит в том, чтобы воспитать у молодых людей способность любить и уважать другого человека, воспитать в них сознание ответственности, то есть те добродетели, которые необходимы нам в жизни. Для маленького ребенка будет совершенно достаточно, если мать на его вопрос даст такой ответ, который будет ему понятен. Например, на вопрос: «Мама, где я был, когда меня не было на земле»,— может быть дан ответ: «Ты был тогда в моем животе». Для ребенка слово «живот» или «животик» не представляет собой чего-то шокирующего. Но он может задать другой вопрос: «Как я туда попал?» Ответ: «Ты там вырос. Сначала ты был совсем-совсем маленьким, а потом становился все больше и больше». У маленьких детей на этом вопросы часто и прекращаются. Но 5-или 6-летний ребенок может задавать вопросы и дальше: «А как я вышел из животика?» Здесь, не вдаваясь в подробности, нужно сказать: «Между ног есть отверстие, в которое ты вышел». Позднее вопросы будут носить более личный характер. Может быть задан вопрос о роли отца. Откровенный вопрос требует и откровенного ответа. (См. мои книги: «Что я скажу своему ребенку?» и «Сексуальные проблемы в воспитании молодежи», издательство «Грайфенферлаг».)

Однако воспитание правильного отношения между девочками и мальчиками не ограничивается лишь тем, чтобы взрослые правильно отвечали на вопросы сексуального характера. Если вы пользуетесь доверием своих детей, то они зададут потом и вопрос о сущности любви. Они будут рассказывать вам о своих переживаниях. Они станут приводить домой своих подруг или друзей и захотят услышать о них мнение своей матери. Они будут сравнивать поведение своих родителей с поведением своих знакомых и размышлять

об этом или заводить разговоры на эту тему. Уходить от этих разговоров не следует. Важнейшее же средство воспитания — личный пример родителей, причем имеется в виду не какая-то стереотипная добродетельность, а забота родителей друг о друге. Подрастающие дети понимают это очень хорошо. Они уже на основе собственного опыта знают, что возможна неудача и при наличии доброй воли. Они и не требуют, чтобы их родители были ангелами. Им гораздо приятнее видеть, что их родители тоже люди, притом ищущие люди. Мы позволим себе привести здесь семь тезисов по вопросам сексуальной педагогики, которые уже были опубликованы в «Актуальном трактате» («Сексуальная проблема в воспитании молодежи»).

Тезисы по сексуальной педагогике

1. Сексуальная педагогика является частью общего учения о воспитании.

2. Цель ее состоит в том, чтобы сделать половую жизнь, значение которой нельзя ни преуменьшать, ни преувеличивать, элементом здоровой и счастливой жизни. Поэтому проблема воспитания у молодежи правильного отношения к другому полу должна занять достойное место. Одним из средств для достижения этой цели является совместное обучение.

3. Носителями сексуальной педагогики являются воспитатели. Врач должен принимать участие там, где цель воспитания может быть достигнута лишь с его помощью. Его главная задача заключается в том, чтобы информировать школьных учителей о биологии детского и юношеского возраста. Сюда же относится и информация об ускорении полового развития и пропасти, возникшей между физической и общественной зрелостью.

4. Как и общая педагогика, сексуальная педагогика исходит из нормальных условий, в данном случае из нормальной половой жизни. Сексуальные явления патологического порядка входят в компетенцию психиатра.

Борьба с венерическими заболеваниями и информация об их опасности имеет не большее отношение к сексуальной педагогике, чем борьба с эпидемиями к информации по вопросам общей биологии и гигиены.

5. Важнейшими способами воспитания служит пример и выработка привычки. Поэтому нам представляется чрезвы-

чайно важным, чтобы сами взрослые выработали правильное отношение к другому полу. В половой жизни не должно быть диапазона колебания от чрезмерной сдержанности до полной распущенности.

6. Любые помехи, источником которых служат кинофильмы, радио, иллюстрированные журналы и увеселительные заведения, необходимо устранять. Детям и подросткам нельзя давать алкоголя.

Необходимо выработать новые формы коллективной жизни молодежи, содержанием которой должны быть путешествия, спортивные занятия, танцы, музыка и литература.

7. Так называемое «сексуальное просвещение» играет в сексуальной педагогике подчиненную роль. В настоящее время она еще необходима, поскольку не все родители и учителя в состоянии правильно отвечать на вопросы детей.

Наша цель должна состоять в том, чтобы дети своевременно получили от своих родителей необходимые им знания, так как они имеют право на правдивую информацию по всем важнейшим вопросам жизни. Если это уже достигнуто, то есть если уже нет неясных вопросов, то сексуальное просвещение будет излишним.

Как мы уже говорили, цель сексуальной педагогики заключается в том, чтобы выработать у детей способность любить. Отсюда вытекает, что цель эта не только негативная. Педагогика, которая основана лишь на запрещениях, не может рассчитывать на успех. Если сексуальная педагогика будет лишь отрицать, запрещать, предостерегать от соблазнов, то не будет ничего удивительного, если молодежь вскоре отвернется от нее.

В книге «Вопросы пола» мы даем молодежи советы, призываем ее к раздумью и установлению своего отношения к другому полу. Родители должны ставить перед собой совершенно иную задачу. Они должны задать себе вопрос: какой должна быть половая жизнь наших детей, чтобы они были счастливы в браке? Какова будет их первая встреча, которая произойдет у них с другим полом?

Что лучше: чтобы они свободно отдавались любви или испытывали страх перед другим полом? Нет ничего хорошего, если молодой человек будет видеть в женщине лишь искусительницу, злое начало, грех, а девушка в молодом человеке лишь «волка». Иными словами: какова степень внутренней свободы и внутренней собранности, которые необходимы

нашим детям в жизни? Внутренняя свобода — это ничем не омрачаемая радость физических наслаждений, внутренняя собранность —это сдержанность, выбор, сознательность, учет положительного и отрицательного опыта родителей. Если родители хотят указать своим детям путь к счастью в браке, они должны сначала сами уяснить себе все эти вопросы.

«Отпуск от семьи»

Если мы до сих пор говорили о принципиальных проблемах, то необходимо также сказать о некоторых явлениях и трудностях, которые хотя и не касаются существа нового брака, но тем не менее играют значительную роль в практической жизни. Часто это лишь мелочи, которые, однако, могут сделать жизнь приятней или, напротив, совершенно невыносимой

Актуальной проблемой является «отпуск от семьи», или, точнее, вопрос о том, проводить ли супругам свой отпуск вместе или раздельно. Я хочу поставить этот вопрос шире — ехать ли в отпуск с детьми или без них? Ответ на этот вопрос не может быть одинаковым для всех случаев жизни. На этот счет не существует ни экспериментальных, ни статистических данных. В лучшем случае можно было бы организовать опрос. Мы хотим собрать аргументы в пользу того или иного решения и ограничиться объективным анализом проблемы. Мнения различных авторов на этот счет значительно расходятся. В великолепной книге о пингвинах д-р Каммер пишет: «Пингвины изобрели важнейший отпуск — отпуск от семьи». Другие, напротив, говорят, что нужно каждый год совершать свадебное путешествие. По-видимому, в данном случае одно решение также не может быть применимо ко всем случаям.

Какие аргументы говорят в пользу «отпуска от семьи»?

В семейной жизни, даже в самой счастливой, постепенно образуется какой-то осадок: то ли нерешенная проблема, то ли какая-то привычка, которую не может переварить один из супругов. Нужно отдохнуть друг от друга, да и нервы требуют отдыха. Такая ситуация возникает в тех браках, где супруги весь день работают вместе. Они всегда вместе. Они почти не общаются с другими людьми, а если и общаются, то опять-таки вместе. «Отпуск от семьи» должен дать раз-

рядку перенапряженной нервной системе, он должен дать возможность увидеть жизнь с другой стороны. Если брак счастливый, то через несколько дней супруги уже будут скучать. Все оживленнее станет переписка, пока, наконец, они, радостные и счастливые, не будут опять вместе.

Но бывают и совершенно иные ситуации. Случаи, когда супруги повседневно работают вместе, становятся все реже. Гораздо чаще муж весь день отсутствует или оба супруга работают в разных местах. Советовать в данном случае отдыхать порознь было бы неверно, ибо супруги хотят быть вместе, хотят ежегодно проводить свой отпуск, не омрачаемые заботами о нуждах быта и домашнего хозяйства.

Теперь возникает вопрос: с детьми проводить отпуск или без них? Распространенное выражение гласит: «Существует отпуск с детьми и отпуск для отдыха». Это выражение характеризует отпуск учителя, практикующего врача. Весь год они жили (да и сейчас еще живут) вместе со своими детьми. Если супруги вновь хотят побыть одни, хотят раз в году насладиться «свадебным путешествием», то они должны оставить детей дома, особенно если дети маленькие. Нужно найти надежную няню или отправить детей в лагерь, а самим вдвоем уехать куда-нибудь недели на две-три.

В наше время многие супруги очень редко видят своих детей. Малыши растут в детских садах и яслях. И дети и родители мечтают о том, чтобы провести вместе хотя бы несколько недель.

Кто внимательно наблюдал, тот мог заметить, как во время каникул дети до 10 лет, у которых отцы очень много времени проводят вне дома, буквально виснут на них. Они с утра до вечера не отходят от них ни на шаг, и если отец хочет поступить правильно, он не должен отмахиваться от них, а полностью отдать себя в их распоряжение.

То, что является правильным в отношении молодых супругов, может оказаться ошибочным в отношении пожилых. Подрастающие дети доставляют своим родителям радость, они делают их отпуск приятнее, если им удается провести вместе несколько недель, свободных от школы, работы в молодежных организациях, от музыкальных и спортивных занятий и всего того, что постоянно встает между детьми и родителями. Вся проблема сводится лишь к тому, чтобы осознать все это. Все проблемы вполне разрешимы, если их знать.

Деньги

Многим молодым и пожилым супругам расходование денег неизменно доставляет много забот. То муж не умеет обращаться с деньгами и жене кажется, что она должна опекать его в этом деле то, наоборот, жена расточительна и легкомысленна и мужу приходится вести кассу.

Такой контроль и опека неизбежно вызывают напряженность в отношениях между супругами и приводят к раздорам. Из этой дилеммы существует только один выход — общая ответственность. Причем дело заключается не только в том, какими средствами располагают супруги. Конечно, значительно труднее вести хозяйство, не имея достаточно средств, однако споры из-за денег происходят и в материально хорошо обеспеченных семьях.

Совершенно неправильной является точка зрения, согласно которой муж как человек, зарабатывающий деньги, может бесконтрольно распоряжаться ими. Еще в Гражданском кодексе было записано, что муж имеет право распоряжаться даже процентами от приданого своей жены, в то время как последняя без согласия супруга не имеет права предпринимать каких-либо действий в отношении своих средств. Эти времена ушли в прошлое не только потому, что женщина в большинстве своем сама зарабатывает (иногда даже больше, чем ее муж), но и потому, что подобная опека считается ныне немыслимой.

Но и в тех семьях, где женщина не имеет «своего» дохода (необходимость воспитывать троих или четверых детей или помогать мужу в его работе), она обладает теми же правами в материальном отношении, что и муж. Жена художника или ученого, которая берет на себя все его заботы и тем самым создает ему возможность свободно заниматься наукой или искусством, зарабатывает столько же, сколько и он. Если муж разрешает жене на равных правах распоряжаться всеми своими доходами, то это отнюдь не следует рассматривать как какое-то особое великодушие с его стороны — это просто требование справедливости.

Можно наблюдать удивительные превращения, когда мы возлагаем на человека ответственность в том или ином деле, если, конечно, этот человек вообще может нести какую-либо ответственность. Требовательная и капризная жена, которая сегодня просит денег на шляпу, а завтра просит купить

ей шубу, быстро превращается в расчетливого и думающего человека, как только она начинает осознавать и свою ответственность.

Известный специалист по вопросам брака и сексуального воспитания Ленц иллюстрирует такие превращения на одном примере. Когда он отправлялся в длительные поездки, то сам вел кассу. И вот жена начинала изводить его просьбами (сходить в роскошное кабаре или дорогое кафе и т. д.). Тогда он решил действовать иначе. От общей суммы он отложил деньги на совершенно необходимые расходы на транспорт, на оплату лечения и т. д., а остаток разделил на две равные части. Каждый мог поступать так, как ему заблагорассудится. И — о чудо! — о дорогих ресторанах больше и речи не было. Через несколько дней его жена купила себе новое платье на сэкономленные деньги.

Таким образом, все раздоры можно ликвидировать с помощью весьма несложного приема. Супруги составляют годовой и месячный бюджет общих доходов семьи. Если это окажется возможным, то они должны предусмотреть в нем и средства на мелкие расходы, которые каждый делает по собственному усмотрению. Муж не должен получать бо́льшую сумму, чем его жена. Супруги должны в основном придерживаться составленного бюджета. Это в первую очередь относится к мужу. Муж, который расходует не больше того, что он выделяет для жены, поступает правильно. Совершенно неверно поступает тот, кто включает в бюджет на мужа как на «кормильца» значительную сумму на сигареты, пиво и вино, в то время как жена не получает ничего. Если окажется, что в общем котле будет не настолько густо, чтобы супруг мог ежемесячно тратить на себя сто марок, то эту статью расхода нужно ликвидировать. Каждый из них должен ежемесячно получать по сто марок на личные расходы или только пятьдесят или десять, в крайнем случае — никому ничего.

В данном случае решающее значение имеет не величина суммы, а ее равномерное распределение. Чаще всего на личные расходы выделяется десять-двадцать марок, этой же суммой должен обходиться и муж. Но было бы неправильно слепо придерживаться этого правила во всех случаях. Пришлось бы отказаться от многих удовольствий, от веселых праздников. Однако и отступать от плана следует лишь по обоюдному согласию.

В наши планы не входит писать учебник по домоводству. Мы позволим себе сделать лишь несколько замечаний. В семье всегда нужно считаться с возможностью непредвиденных расходов. Поэтому с самого начала супружеской жизни нужно иметь на книжке небольшую сумму на подобные расходы. В первые годы нелегко бывает при планировании на год или на месяц выделить наиболее важные статьи расходов. Но если расходование средств утверждается совместно, то нужно и совместно проверять, правильно ли деньги были израсходованы. Вскоре супруги уже будут знать, что важно и что неважно. Необходимо также, чтобы такие проверки проводились совместно и чтобы никто из супругов не отговаривал другого и не упрекал его в чем-либо, как это нередко случается еще в настоящее время. Чаще всего супруг относится к своей жене как к ребенку. Но нередко случается, что и женщины считают своих мужей совершенно безнадежными в финансовых вопросах. Это всегда приводит к тому, что опекаемый утрачивает свою самостоятельность.

Любимое занятие и брак

Спорт — двуликий Янус. Это проявляется во всех областях жизни. Правильные занятия спортом укрепляют здоровье, повышают работоспособность человека, больше того, спорт — одно из лучших средств поддержания здоровья современного человека. Неправильные занятия спортом отражаются на физическом и духовном состоянии человека. Неумеренные занятия спортом отрицательно влияют на кости и суставы, кровообращение и обмен веществ; такой спорт причиняет вред в семейной жизни. Одержимые неумеренным честолюбием, иные спортсмены забывают, что они — члены общества.

Путешественник Фритьоф Нансен и великий физиолог И. П. Павлов занимались спортом до глубокой старости, не забывая, однако, что они в первую очередь должны отдавать человечеству свои интеллектуальные силы.

Спорт двойственным образом воздействует и на совместную жизнь человека в браке и семье. Мы должны проявлять всемерную осторожность, чтобы спорт, это животворное движение, не причинил нам нежданно-негаданно вреда.

Прежде всего нужно сказать, что разумные занятия спор-

том стимулируют и в то же время уравновешивают деятельность человеческого организма.

Они смягчают половой инстинкт. У домоседов и людей, ведущих сидячий образ жизни, половой инстинкт дает о себе знать в гораздо большей степени, чем у людей, находящихся в постоянном движении на свежем воздухе. Это относится не только к мужчинам, но и к девушкам и женщинам.

Разумные занятия спортом улучшают самочувствие женщины в период беременности, облегчают роды и кормление ребенка грудью. Спорт содействует укреплению органов тазовой полости, что достигается в результате улучшения кровообращения в них. Совместно занимаясь спортом, юноши и девушки знакомятся друг с другом, и очень часто мы узнаем, что товарищи по спорту вступают в брак. В таких случаях спорт укрепляет брак.

Но нередко в юридические консультации и в суды обращаются мужчины и женщины, которые жалуются на то, что все мысли супруга заняты спортом, что он не уделяет внимания жене или что жена забросила мужа и семью. Часто это случается даже не со спортсменами, которые сами занимаются спортом, а с болельщиками, которые каждое воскресенье проводят на спортивной площадке, оставляя дома жену, не интересующуюся спортом. Как и во всех семейных вопросах, здесь необходимо, чтобы супруги вовремя поняли грозящую им опасность, не затушевывали ее, не уходили от нее, а откровенно высказали бы друг другу все, чтобы вместе искать решения проблемы. А решений может быть много. Один из супругов может научиться с бо́льшим интересом относиться к увлечению другого, или другой умерит свое увлечение до необходимого минимума, или, наконец, они договорятся о мирном сосуществовании. «В это воскресенье я ради тебя пойду с тобой на стадион. А в следующее воскресенье ты будешь сопровождать меня по грибы».

Но спорт может представлять для счастливой четы опасность потому, что соединил их вместе. Когда перед молодыми супругами встает вопрос: спорт или ребенок,— они нередко отдают предпочтение спорту. Им нужна байдарка и палатка, следовательно, в этом году они не могут «позволить» себе ребенка. Затем они хотят съездить на несколько недель в горы покататься на лыжах, а беременность и роды, конечно, расстроили бы этот план. Они хотят продолжать тренировки, чтобы добиться бо́льших результатов,— беременность же

не позволит им тренироваться интенсивно. Наконец, им совершенно необходим мотоцикл и, по возможности, с коляской (или даже машина), для чего, конечно, нужно экономить деньги, следовательно, они опять не могут позволить себе иметь ребенка. Когда же они, наконец, пожелают иметь ребенка, он не появляется. Природа мстит за себя. Если супруги в течение десяти лет принимают предохранительные меры, то они не могут требовать, чтобы у них, словно по заказу, появился ребенок. Правда, во многих случаях врач еще может оказать помощь. Он мобилизует весь арсенал средств, начиная от прогревания таза и трубопродувания до впрыскивания гормонов, и после того как зачатие осуществилось, в период беременности вылечиваются органы размножения, так что появление второго и третьего ребенка не сопровождается указанными трудностями.

Но здесь следует учесть следующее обстоятельство. Еще Готфрид Келлер писал в своем романе «Зеленый Генрих», что женщины не желают рожать детей, когда они уже стали старыми матронами. Если мы в книге «Вопросы пола» пришли к выводу, что крайне нежелательно, если девушка в 14—16 лет становится матерью, то не следует также впадать и в другую крайность. Женщина, которая впервые рожает в тридцатилетнем возрасте, доставляет немало хлопот врачу-гинекологу. Но значительная разница в возрасте родителей и детей представляет собой и трудности иного рода. Конечно, маленькие дети омолаживают как мать, так и счастливого отца. Но все же, когда видишь пятидесятилетнего отца с коляской, в которой лежит не его внук, а сын, то вас невольно охватывает щемящее чувство. Это замечание относится не столько к позднему ребенку — если ему уже предшествовало трое или четверо детей, то появление его часто содействует приливу сил у обоих супругов,— сколько к женщине, которая рожает первого ребенка на четвертом десятке, и к отцу, который уже приближается к пятидесяти годам. Когда у сына или дочери наступит период полового созревания, родителям уже пойдет шестой десяток. Установить полное взаимопонимание в таком возрасте очень трудно. Молодые родители могут и в физическом отношении лучше приспосабливаться к своим подросткам. С 16—20-летними детьми они могут кататься на лодке, плавать, совершать походы в горы. Короче говоря, пер-

вый ребенок должен появляться не слишком рано, но и не слишком поздно.

Занятия спортом часто являются причиной того, что первый ребенок появляется слишком поздно. Поэтому молодым супругам нужно серьезно подумать о том, что для них важнее: медаль или ребенок, байдарка или ребенок. И если они в данный момент считают, что спорт для них важнее, то пусть они лучше возьмут в руки календарь и подумают, что они скажут об этом решении лет через двадцать. В нашей жизни многое можно отнести на более поздний срок, многое повторяется. Сюда относится мотоцикл, автомобиль и лыжные походы. Можно в пятьдесят лет совершать длительные походы в горы, испытывая наслаждение опытного и созревшего человека. Но нельзя в пятьдесят лет «заказать» ребенка. Всему должно быть свое время, дети также должны появляться тогда, когда генеративная способность человека находится в полном расцвете.

Существуют и другие любительские увлечения и интересы. Для того чтобы глубже узнать человека, нужно знать, чем он увлекается помимо своей профессиональной деятельности. А этих увлечений бесконечное множество, от филателии до радиолюбительства, от музицирования, занятий живописью, рыбной ловли до разведения роз.

Вообще нужно сказать, что супруги должны с уважением относиться к любимым занятиям друг друга. Никто не увлекается тем или иным занятием по чистой случайности — в нем всегда заложена какая-то необходимость. Житель сельской местности не может заниматься парусным спортом, человек, живущий в степях, не может удить рыбу. Иному человеку нужен толчок извне. Так как по соседству существует кружок аквариністов, он становится страстным любителем разведения рыбок. Но он с таким же успехом мог бы собирать бабочек, классифицировать мох или разводить канареек. И совершенно ясно, что его увлечение развивалось бы в том же направлении.

Чем самостоятельнее становится женщина, тем чаще и у нее появляются те или иные любимые занятия. Когда мы говорим, что каждый из супругов должен уважать увлечения другого, то отсюда в то же время вытекает требование, чтобы эти увлечения не принимали такие формы, которые могут нарушить нормальное течение семейной жизни. Личные увлечения не должны заслонять от нас супруга и детей.

Нередко отец заражает детей своим любимым занятием, и они собирают червей или травы. Мать также вовлекает малышей в сферу своих интересов. Это неплохо, так как дети узнают при этом множество разных вещей. Но главным в жизни является не хобби, оно должно оставаться побочным занятием, украшением, дополнением, формой проведения свободного времени.

Личные привычки

Опытные специалисты по вопросам брака, адвокаты и судьи сходятся на том, что к расстройству брака и к разводу чаще всего приводят две главные причины. Первой причиной являются вопросы половой жизни, неспособность одного из супругов или обоих принести другому счастье в любви, неспособность, которая со временем приводит к раздражению и взаимному отвращению. Второй причиной являются личные привычки, особенности, неумение приспособиться к другому человеку. Проза жизни, мелкие, постоянно повторяющиеся столкновения часто оказываются более мучительными, чем какие-либо серьезные разногласия. Находясь на определенном уровне развития, проявляя друг к другу большую снисходительность, люди с совершенно различными взглядами могут легко уживаться друг с другом. Если же между ними постоянно происходят трения по мелочам, то очень часто возникает болезненная рана.

Перед нами встает вопрос: не лучше ли обоим партнерам приспособиться друг к другу, или попытаться перевоспитать друг друга, или, наконец, выработать в себе иммунитет против неприятных привычек другого человека? Герман Гессе в своей книге «Курортник» описывает подобную ситуацию. Его соседом оказался очень беспокойный человек. Сначала он так мешал герою рассказа, что тот постоянно думал о шумном поведении соседа за стеной. Но, не желая уезжать из этой комнаты, то есть, по существу, спасаться бегством, и понимая, что ему не удастся перевоспитать соседа, он в конце концов решает приспособиться к его привычкам. Потом ему уже чего-то недоставало, когда он не слышал, как его сосед кашляет, отфыркивается или полощет себе горло. Таким образом, он победил соседа любовью. Рассказ заканчивается тем, что беспокойный сосед уезжает, когда его привычки уже не мешают герою рассказа.

Другим решением было бы приспособиться, то есть делать то же самое, что делает партнер. Но... тут я остановился и, быть может, остановится и иной читатель. Если один из супругов имеет какую-то неприятную или вредную для здоровья привычку и не собирается отвыкать от нее, то разве правильно было бы привыкать к ней? Представьте себе, что жена очень много курит, а муж некурящий. Значит, ему тоже начинать курить из любви к ней, хотя он знает, что этим он не только повредит своему здорьвью, но и жена, если не сейчас, то в будущем причинит себе вред. Что важнее: мир в семье или здоровье обоих супругов?

Я сознательно привел именно этот пример, так как нет ничего более трудного, чем отвыкнуть от курения. С другой стороны, курящий чрезвычайно сильно раздражает своего ближнего, ибо он не может курить только для себя. Он заставляет вдыхать табачный дым всех людей, окружающих его. К тому же табачным дымом пропахивает одежда и даже волосы. Чувствительные люди с трудом переносят табачный запах. Здесь возможны три пути решения вопроса. Первый путь, по которому в прошлом преимущественно и шли женщины, заключался в том, что они внушали себе мысль, что от мужчины должно всегда пахнуть табаком. Иная женщина могла сказать при случае: «Возьми сигарету получше, чтобы от тебя пахло мужчиной». Второй путь — это начать курить самой, так что от нее будет точно так же ... чуть было не написал «нести». Но мы должны быть культурными и говорить «пахнуть». Третья возможность — попытаться отучить супруга от его дурных привычек.

В реальной жизни встречаются все приведенные выше случаи. Очень часто бывает так, что один из супругов ради другого отвыкает от той или иной привычки. Но по-видимому, чаще всего супруги следуют приведенному выше примеру Германа Гессе, когда один приспосабливается к привычкам другого, не замечает их, так что его уже не раздражает ни табачный запах, исходящий от его волос, кожи и одежды, ни его привычка ставить ботинки не на свое место, производить шум при подъеме с постели или слишком долго лежать в постели с книгой в руках и т. д.

Почему мы останавливаемся на этих мелочах? Я не случайно указывал, что именно эти постоянно повторяющиеся мелочи нередко становятся причиной развода. Этого не будет, если супруги по-настоящему осознают это. Повседневные

привычки представляют собой опасность для совместной жизни до тех пор, пока мы следуем им бессознательно. Но как только один из супругов начинает сознавать опасность, это уже означает победу. Мы можем преодолеть любую из этих мелких привычек, имеющих в то же время столь большое значение, как только мы начинаем понимать, что в них заключена опасность для самого существования нашего брака. Совершенно аналогичный вывод мы уже сделали в отношении половой жизни. Как только мы осознали ошибки, допускаемые нами в половой жизни, горю легко помочь. Если один из супругов понял, что храп одного из них ночью лишает другого сна и почти доводит до отчаяния, делая его совершенно нетрудоспособным, то тем самым уже открывается полная возможность установить в семье полное согласие. Он может попытаться вылечить его от храпа, послать его, например, к врачу. Он может также спать в своей комнате, сказав другому по-дружески: «Ты слишком громко храпишь, я не могу уснуть, нам придется спать раздельно». Один из супругов может, далее, привыкнуть к храпу другого, так что ему уже чего-то будет не хватать, если он не будет слышать его ночью, и таким образом семейный мир восстановится.

Самое лучшее, конечно, если оба супруга по-хорошему поговорят друг с другом о таких привычках. Тогда трудности будут устранены значительно легче, чем если за это возьмется лишь один из супругов.

Особенно проблематичным становится вопрос о взаимном приспособлении в том случае, если дело касается таких привычек, которые наносят серьезный вред здоровью. Допустим, что один из супругов привык регулярно употреблять в значительных количествах алкогольные напитки. Это представляет опасность не только для него самого, но и для других. Кроме того, известно, что под влиянием систематического и неумеренного употребления спиртных напитков человек изменяется. Пьяницы ревнивы, вспыльчивы, раздражительны, недоверчивы. Поэтому алкоголизм повсюду известен как явление, разрушающее брак. Было бы неправильно, если бы другой супруг ради семейного мира усвоил эту опасную привычку. Больше того, нужно требовать, чтобы он стремился излечить любимого человека от этого опасного наваждения. Так как в воспитательной работе слова — это карлики, а примеры — великаны, то первым

делом должно быть полное воздержание непьющего от алкоголя. Лишь в том случае, если он своей повседневной жизнью докажет другому, что он ради него отказывается даже от собственного удовольствия и что он в результате такого образа жизни всегда весел и работоспособен, лишь в этом случае он может рассчитывать на успех и побудить другого отказаться от дурмана, который кажется тому жизненно необходимым. Все врачи, занимающиеся лечением алкоголиков, сходятся на том, что успех стационарного лечения будет выполнен лишь в том случае, если человек решится на полное воздержание.

Все то, что мы говорили об алкоголиках, в полной мере относится и к людям, которые умеренно, но регулярно пьют, хотя и не впали еще в алкоголизм; это с некоторыми оговорками относится также к употреблению возбуждающих средств.

Если неприятности в самой семейной жизни становятся причиной алкоголизма, то помочь этому можно лишь путем лечения больного или путем развода. Пристрастие к спиртным напиткам, разрушающе действующее на брак, может корениться в личности самого человека, оно может быть следствием неудач на работе, соблазнов и, наконец (и здесь замыкается заколдованный круг), прямым следствием несчастливого брака.

В переходный период, который мы переживаем, подчас очень нелегко бывает решать в каждом конкретном случае вопрос, который в общем виде уже решен. Мы провозгласили равноправие женщины с мужчиной. Однако в практике повседневной жизни всегда приходится решать вопрос: кто должен уступить, подчиниться? В будущем станет совершенно непреложным законом, что никто из супругов не будет требовать от другого подчинения. Но пока что в очень многих семьях ведется борьба за место супругов в брачном союзе.

Иногда можно услышать от мужчины, но чаще всего от женщины мнение, что нужно отказаться от себя, думать о близком человеке и делать для него все. Люди, мыслящие таким образом, пытаются следовать своим убеждениям на практике. Но никто не должен отказываться от себя! Нашим принципом должен быть не лозунг: «Все для тебя», а лозунг: «Все для нас». В этом состоит отличие брака от юношеской любви или влюбленности. Охваченные пламенем юношеской

любви, мы как бы отрекаемся от самих себя. Нам кажется, что мы можем и должны делать для другого человека все, вплоть до самоотречения, до отказа от собственной личности. Брак же представляет собой совместное путешествие через многие десятилетия. Каждый из супругов должен быть самостоятельным. Поэтому никто не должен отказываться от себя, не должен требовать от другого, чтобы тот отказывался от себя. Никто не должен быть ни слугой, ни господином другого.

Старый идеал, предписывавший женщине быть послушной рабой мужа, ушел в прошлое. В будущем исчезнет также муж-слуга, который, в противоположность старому идеалу, был безропотным подданным своей жены, так что карикатуристам придется искать другие темы для своих шуток.

Повседневные привычки людей — это не только пороки и неприятные наклонности кого-либо из супругов, но и положительные, усвоенные с детства формы поведения. В семейной жизни эти формы поведения обоих супругов, их манера держаться, распределять свой день и т. д. влияют друг на друга. Мы хотели бы коротко указать на некоторые неправильные формы поведения.

Карикатуристы, люди, тонко подмечающие слабости своих современников, уже со времен Вильгельма Буша описывают картины того, как резко меняется поведение людей, когда они ожидают гостей. Вынимается праздничная посуда, жена одевается тщательно, супруг в присутствии гостей со своей женой изысканно вежлив. Но едва гости оказались за порогом дома, как это искусственное здание рассыпается, подобно карточному домику. Следовательно, супруги знают, как нужно вести себя по отношению друг к другу, больше того, они знают, как это делать. Почему жена не накрывает на стол для себя и мужа так же тщательно, как и для гостей? Почему муж, прожив несколько лет со своей женой, считает излишним соблюдать по отношению к ней те формы обращения, которые он считает само собой разумеющимися по отношению к любой другой женщине? Почему и он и она позволяют вести себя таким образом? Разве трудно быть вежливым? И — что еще важнее — разве может быть излишней любезность? Как вы можете ожидать, что кто-то будет по отношению к вам любезен, если вы не стремитесь расположить его к себе? При этом совершенно безразлично, кто из

супругов сделает первый шаг. Пройдет немного времени, и другой ответит ему тем же, и оба испытают прелесть восстановления нормальных отношений.

Представьте себе, что женщина, задумавшаяся о том, почему ее семейная жизнь стала такой серой и однообразной, в один прекрасный день надевает красивое платье, по-праздничному накрывает на стол и на ваш удивленный вопрос: «Для кого ты нарядилась и так убрала стол?» — отвечает: «Для тебя!» Эту тему мы можем, подобно музыканту, варьировать на тысячу ладов. Мужчина также может проявить в этом деле инициативу, причем самым различным образом.

Цветы — испытанное, но не очень оригинальное изобретение. Сладости также не свидетельствуют о богатстве фантазии. Лучше подобрать что-либо такое, что учитывает личные интересы женщины, выполнить ее невысказанное желание, потратить время, отложить в сторону книгу и посвятить это время ей. Не смущайтесь, если ваша любезная, которая не привыкла к этому, будет удивлена или даже несколько испугана, если она узнает, чем объясняется перемена в поведении мужа. Она может подумать о «нечистой совести» мужа. (Пусть это будет сказано для женщины: не отталкивайте этим мужчину!) Судья по бракоразводным делам может привести вам множество примеров расторжения браков по той причине, что жена не может выйти за рамки привычного. Муж возвращается с работы домой. Он хотя и устал, но весел. Обращаясь к жене, он говорит: «Сегодня прекрасная погода, может быть, нам погулять немного? Не переодевайся, надень только побыстрей туфли поудобней, шляпу и легкое пальто». Она же начинает возиться, надевает платье, рассматривает себя перед зеркалом, опять снимает, выбирает другое. Потом выбирает чулки, туфли. С гребнем и щеткой в руке она возится с прической. Так проходит четверть часа. Наконец она готова к «выходу». Но у мужа хорошее настроение уже испортилось. Он почувствовал усталость, у него пропало всякое желание гулять. Вечер оказался основательно испорченным. Короткая, но приятная прогулка перед ужином превратилась в напрасную трепку нервов.

Если мужчина достаточно умен, то он все-таки пойдет на прогулку, но он сделает это только из чувства долга и благоразумия.

О вежливости в семейной жизни

Иной читатель удивится, что в книге о браке освещаются и внешние, по его мнению, формы совместной жизни. Однако вежливость в обращении самым непосредственным образом связана с любовной жизнью. Я даже не могу сказать с уверенностью, является ли вежливость следствием любовной жизни или, наоборот, вежливость делает эротическую жизнь более утонченной и возвышенной.

Вежливость нигде не является столь необходимой, как в семейной жизни. К сожалению, она и там встречается очень редко. Бесчисленные анекдоты и карикатуры рассказывают о том, что перед свадьбой муж — это обольстительный, вежливый, внимательный рыцарь, а после свадьбы становится неотесанным грубияном. Но не меньше достается и женщинам. Аккуратно одетая невеста превращается в неряшливую и невнимательную к себе супругу (это, конечно, только в карикатурах!).

Карикатуристы указывают в то же время пути исправления этих недостатков. Супруги также должны хорошо одеваться, причем не только в том случае, когда они ожидают гостей, но и тогда, когда они дома совершенно одни. Почему один из супругов не может быть долгожданным гостем другого? Мужчина должен тщательно бриться не только для своей невесты и возлюбленной, но в первую очередь для своей жены. Слова «пожалуйста» и «спасибо» не должны выходить из употребления после свадьбы. Вежливость — это не что иное, как проявление уважения к другому человеку.

Невежливость нередко оправдывают дешевыми отговорками вроде: «Он знает меня, знает, что я отношусь к нему хорошо». На это мы бы ответили: если ты хорошо к нему относишься, то почему ты не обратишься к нему с дружеским словом, почему ты не причесана, почему у тебя не в порядке ногти и незаштопанные чулки? Букетик фиалок, преподнесенный вовремя, приятнее, чем огромная коробка конфет или дорогой букет в памятные даты: 8 марта, день рождения, день свадьбы.

И наконец, от кого детям учиться вежливости, если не от родителей? Нельзя же всерьез думать, что можно воспитать

детей вежливыми, требовать от них говорить «спасибо» и «пожалуйста», кланяться и в то же время не уметь самому вести себя как следует.

О нравах и нравственности

Как мы уже видели, обычаи и нравы в значительной степени облегчают нашу жизнь. Поэтому мы не стремимся ни к чему другому, как к созданию новых обычаев, новых нравов, новых норм, которые будут регулировать поведение людей конца XX — начала XXI века. Мы говорим со всей определенностью: мы хотим как можно быстрее добиться такого положения, чтобы не было необходимости думать о своем здоровье. Или иначе: мы должны как можно быстрее добиться как чего-то само собой разумеющегося, чтобы питаться так, а не иначе, одеваться так, а не иначе, жить так, а не иначе.

А пока нам еще приходится много думать о своем здоровье, ибо мы еще должны найти новые формы жизни. Но во избежание недоразумений нужно сказать, что заботы о здоровье не должны быть содержанием жизни. Одни лишь ипохондрики, которым нечего делать, способны жить только этим. Здоровый быт должен стать требованием, о котором не нужно и говорить, так как каждый будет его соблюдать в практической жизни, и тот, кто будет вести нездоровый образ жизни, станет каким-то аномальным явлением.

Выражение: «Это так не делают», над которым мы в юности справедливо смеялись и над чем наша нынешняя молодежь уже достаточно возвысилась, уже в то время было правильным и полезным. Мы лишь стремимся к тому, чтобы найти новое содержание для выражения: «Это прилично, а это неприлично» — выражения, отражающего век атома.

Эскимос не знает, почему ему нужна солнечная ванна, почему он в своей палатке ходит обнаженным, почему он употребляет в пищу содержимое оленьего желудка. Он делает это, потому что у них это так принято. Существуют также обычаи и нравы, которые утратили ныне всякий смысл. Известно, например, что в Испании и странах, находящихся под сильным влиянием Испании (например, Аргентина), считается неприличным посылать приглашения по почте. Для этого принято нанимать посыльного. В гости не ходят

пешком — даже если расстояние не превышает сотни метров, принято ездить в экипаже. Никто не интересуется тем, почему люди придерживаются этого обычая в настоящее время. Однако постороннему наблюдателю нетрудно увидеть сущность этих обычаев. Они подчеркивают классовые различия. Бедный человек должен пользоваться своими собственными ногами, но для «дамы» это недопустимо, она должна ездить. Бедный человек прибегает к услугам почты, состоятельный же посылает собственного слугу или нанимает посыльного.

Многое, о чем мы ныне не задумываемся, является обычаем. Мать учит своих детей здороваться правой рукой («красивой ручкой»). Почему правая рука должна быть «красивой», она не знает. Иные матери учат своих детей кланяться. Что это означает, она не знает.

Если мужчина воспитан, то дама идет от него с правой стороны. Почему мы делаем это так, мы не знаем. В некоторых странах мужчина идет на опасной стороне (тротуар, движение). Этот обычай нетрудно понять. За столом мы держим нож в правой, а вилку в левой руке. Но здесь уже есть исключения. В некоторых случаях вилку следует брать в правую руку. Мы зорко следим за тем, чтобы это правило соблюдалось, но мы не можем объяснить его причину.

Нам следовало бы обратиться к социологам, этнографам и фольклористам, которые объяснили бы смысл таких обычаев: почему невеста носит миртовый венок и вуаль? В такие переходные периоды, как тот, который мы переживаем в настоящее время, многие старые обычаи утрачивают свою силу и отбрасываются, подобно изношенному платью. Ныне уже не все невесты носят венки и вуали, а идут расписываться в костюме. Не каждый молодой человек целует у дамы ручку. К сожалению, не каждый мужчина пропускает даму вперед там, где это нужно, и не всегда идет впереди, чтобы проложить ей путь. Мы видели, что поведение, опирающееся на обычаи и нравы, облегчает нашу жизнь. Нам нет необходимости всякий раз заново решать вопрос о том, с какой стороны от нас должна идти женщина, кто должен здороваться первым — он или она. Все эти вопросы уже решены. Было бы очень хорошо, если бы эти правила имели обязательную силу для всех. Так как в настоящее время этого еще нет, нужно создать новые обычаи. Мы находимся в совершенно новом, необычном положении: мы сознательно

хотим создать новые обычаи. На основе данных физиологии, психологии, клинических и гигиенических исследований мы в основном знаем, *что́* является правильным и полезным для организации нашей жизни. Пожалуй, впервые в истории появилась возможность регулировать поведение людей на основе результатов научных исследований. С другой стороны, это выдвигает перед нами требование создать определенные нормы, регулирующие наше отношение к вопросам питания, одежды, распределения времени, отношения людей между собой, в данном случае отношение к любовной жизни, к организации нашего брака, включая воспитание детей. В этом смысле мы ведем себя подобно спортсмену, который учится кататься на коньках, на лыжах, играть в настольный теннис, пока не приобретет умения уверенно держаться на льду и на снегу. Когда большинство супругов выработает правильное отношение друг к другу, то есть когда их семья будет счастлива, то это будет означать, что переходный период миновал и появился новый брак. Каким он будет — этого еще никто сказать не может.

3 О БРАКЕ БУДУЩЕГО

Нужно стремиться к счастью! Это звучит несколько риторично. Мы привыкли рассматривать счастье как веление судьбы, как дар доброй феи. Конечно, в счастье супругов есть что-то такое, чего нельзя предусмотреть заранее, но оно отнюдь не является игрой случая, как об этом думают иные. Мы довольно хорошо знаем, какие условия необходимы для того, чтобы брак стал счастливым. Мы можем создавать эти условия. Важно при этом в своих стремлениях не замыкаться в рамках своего «я», а постоянно учитывать и интересы другого супруга. Счастье в семье заключается в удовлетворении интересов обеих сторон, а когда появляются дети — в удовлетворении интересов всех. Но существуют счастливые браки и без детей. Тот, кто исходит не из общих интересов, желает лишь получить что-либо от другого, кто лишь требует, кто считает, что можно быть счастливым, думая лишь о себе и удовлетворяя лишь свои желания, тот никогда не обретет в семье счастья. Для того чтобы счастье могло войти в наш дом и поселиться в нем, нужно открыть ему двери. Это мы имели в виду, когда говорили о необходимости стремиться к счастью.

Некоторым кажется, будто в прошлом браки были счаст-
ливее, а современные браки переживают период кризиса.
И те и другие не совсем правы. Счастье в XVII и XVIII
веках было иным, чем теперь, оно было менее осознанным.
Не брак находится в состоянии кризиса, а общественный
строй разлагающегося капиталистического общества. В связи
с этим несколько замечаний.

В начале нашей книги мы уже указывали, что не су-
ществует брака вообще, а существует много форм брака.
То, что называют «счастьем в браке», имело в XVIII веке
иное звучание или, точнее говоря, слагалось из иных звуков
и аккордов, чем в настоящее время (ср. «Песня о колоколе»
Шиллера или «Герман и Доротея» Гете).

Так как буржуазное общество разлагается и никакая
сила не в состоянии задержать этот процесс, то и аккорд
счастья превращается в этих браках в диссонанс. Однако
для беспокойства нет никаких оснований, появится новая
гармония, новые аккорды счастья, возникшие из других
звуков. Новый брак будет не менее счастливым, чем старый;
мы надеемся, что он будет значительно более счастливым,
чем старый.

Сто лет тому назад только часть всех людей могла читать,
сегодня же читать могут все, кто окончил хотя бы начальную
школу. Сто лет тому назад лишь совершенно назначительная
группа людей имела какое-то представление о других стра-
нах, сегодня же почти все люди могут знакомиться с помощью
кино с самыми отдаленными странами. Сто лет тому назад
люди довольствовались кашей, в то время как сейчас даже
в больнице или в заводской столовой они требуют разно-
образное меню. Мы не просто существуем, мы ведем созна-
тельную жизнь. И возврата к прошлому быть не может.
Мы можем сравнить себя с молодым певцом, который
чистым голосом и с глубоким чувством исполняет народные
песни. В период своей учебы он утратил способность петь
простые народные песни. Однако потом, поднявшись на более
высокую ступень, он овладел искусством исполнять любые
песни и научился захватывать и трогать сердца своих слу-
шателей не стихийно, а в совершенстве владея исполнитель-
ским искусством.

Если раньше лишь незначительная прослойка людей вела
сознательную жизнь, а основная масса с рождения и до самой
смерти влачила жалкое существование, то теперь все люди

должны овладеть природой. Простые люди во всем мире или научились управлять техникой и экономикой, или находятся на пути к этому. Точно таким же образом они должны овладевать культурой. Сюда же относится и культура любви.

Мы уже говорили, что продолжение рода не было и никогда не будет основным содержанием брака. Лишь общность духовных и моральных интересов составляет брак.

Каждому знакомы бездетные семьи, которые счастливы в браке. Однако мы не должны забывать о том, что дети составляют радость, счастье и самый прекрасный венец всякого нормального брака. Не стоит говорить о тех эгоистически наслаждающихся супругах, которые, не испытывая ни нужды, ни жизненных волнений, ведут так называемый «собачий брак». Супружеская пара с собачкой — это кульминационная точка, к которой приводит человека его эгоизм. Эти люди даже не понимают, что значит наслаждаться жизнью. Но может быть, это утонченные художники? Отнюдь нет!

Но и супруги, имеющие только одного ребенка, совершают ошибку в жизни. К этой форме брака привели страх жизни, неуверенность в себе, непомерное стремление к успехам на общественном поприще. Их девиз — «Наш ребенок должен жить лучше, чем жили мы» — или: «Мы можем позволить себе лишь одного ребенка, мы, конечно, хотели бы больше, но...»

Все это самообман!

Но и двое детей нередко доставляют немало хлопот родителям. Однако лишь трое детей могут целиком заполнить семейную жизнь. Если же в семье от четырех до шести детей, то жизнь в такой семье становится чрезвычайно разнообразной, веселой и заполненной. Максимальное число детей в современных семьях — от трех до пяти. Особенно активные родители имеют и ныне пять-шесть детей. Мы уже не теряем третью часть или половину новорожденных. Физически здоровая мать может быть уверена, что она вырастит всех рожденных ею детей.

Иная читательница может возразить: «У нас нет квартиры, мы зарабатываем недостаточно, куда нам ставить детские кроватки, где играть и заниматься детям, как их одевать и кормить?» К сожалению, на эти вопросы я могу только сказать: «Пока что вы правы». Но временные трудности не могут поставить под сомнение правильность высказанных

здесь мыслей. Каково положение семей, хорошо обеспеченных материально, но имеющих лишь одного ребенка, так как машина, меховое пальто или лыжный поход представляется им более необходимыми и более важными. Разве не странно, что и на Западе и на Востоке наиболее зажиточные семьи имеют наименьшее число детей? Отношение автора к семьям, имеющим троих-четверых детей, может показаться иному читателю и читательнице несовременным. Автору хорошо известно, что для воспитания четверых детей требуется не только мужество, но и самоотречение. Наши квартиры, как и широкая программа жилищного строительства, не рассчитаны на многодетные семьи; при определении заработной платы не учитывается количество детей. С мая 1958 г. матери получают в ГДР единовременное пособие (500 марок на первого ребенка), финансовую помощь на период кормления, а также ежемесячную денежную помощь. Но несмотря на это, все сказанное выше в принципе остается правильным.

Если в данной книге мы говорим о регулировании рождаемости, о предупреждении беременности, то делаем это только в интересах защиты здоровья матери. Она должна иметь перерыв между родами длительностью в два-три года, а не изматывать себя беспрерывными родами, начиная с восемнадцатилетнего возраста до сорока пяти лет, как это имело место еще в XIX веке. Она должна быть здоровой и бодрой, должна вместе со своими четырьмя, пятью или шестью детьми жить, совершать походы, играть, музицировать, учиться, плавать. Но мы подчеркиваем — с тремя, четырьмя или шестью. Все другое — обман, самообман или трагическое самоотречение.

В конце дня, в конце года люди охотно возвращаются мысленно к прошлому, к пережитому, к тому, что сделали или чего не сделали, о чем думали, к чему стремились. Мы также хотим подвести предварительный итог наших совместных усилий. Мы хотим понять новое содержание и найти новые формы брака. Но мы не хотим отказываться от того полезного и нужного, что дает нам старый брак.

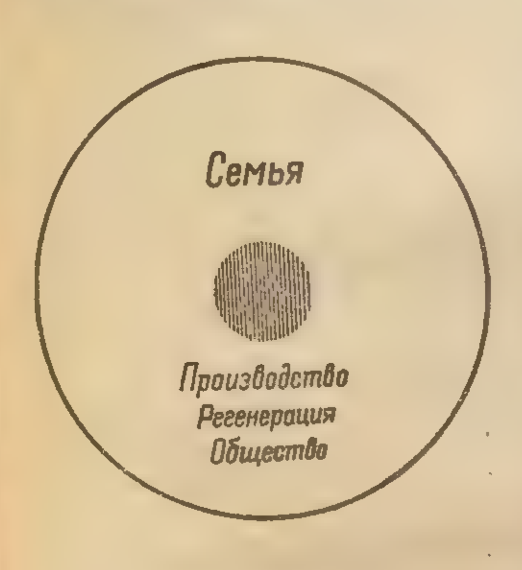
Семья есть и должна оставаться для детей родным гнездом. Дети раньше покидают свою семью, чем это имело место в период существования больших семей, период, когда

дедушка, отец и сын жили и работали вместе, в рамках одного семейного содружества, однако маленьким детям нужно семейное тепло. Они требуют внимания, порядка, чистоты, стимула, примера. Семья должна быть местом этой упорядоченной, чистой и здоровой жизни. Родителям следует больше уделять внимания своим детям, больше привлекать их к себе. Они должны делать это не бессознательно, а с ясным пониманием и знанием потребностей маленьких детей. Отцы должны научиться быть отцами новой семьи. Там, где нужен покой, необходимо оставлять ребенка в покое, а если нужен какой-то стимул — пробуждать его у ребенка. Своей жизнью, своим поведением они должны создавать для своих детей пример, которому те будут следовать всю свою жизнь.

Брак станет для супругов содружеством, с которым будут связаны их мысли и чувства. Их будут объединять одинаковые интересы или дополняющие друг друга склонности, они будут вместе стремиться к общим целям. В ближайшие годы наше общество будет развиваться еще быстрее. Скорее, чем многие думают, люди будут работать семь часов в день, после чего вскоре последует и шестичасовой рабочий день. До сих пор только гигиенисты по вопросам труда, а не специалисты по вопросам социальной гигиены задумывались над вопросом, следует ли иметь пятидневную рабочую неделю при восьмичасовом рабочем дне или шестидневную рабочую неделю при семичасовом рабочем дне. В будущем это будет очень важной проблемой. Будут ли люди работать со временем шесть дней по шесть часов в день или пять дней по семь часов в день? Каково мнение на этот счет психологов труда и гигиенистов? Новыми данными по этому вопросу мы еще не располагаем. Судя по прежним данным, следует работать шесть часов при шестидневной неделе. Однако специалисты по вопросам брака высказывают свои соображения о том, что́ лучше для семьи: работать всю неделю по шести часов в день или отработать пять полных рабочих дней и потом иметь два свободных дня.

Следует также подумать и о школе. Может быть, детям учиться в школе пять дней в неделю, чтобы они могли целых два дня проводить вместе со своими родителями? При решении подобных вопросов наша общественность думает только о потребностях производства. Однако наша жизнь не ограничивается лишь производством. Чем больше будет сокра-

Рис. 81. Схема семьи крестьян, ремесленников, буржуа. Заштрихованный кружок в центре характеризует семью, являющуюся производственной единицей; круг обозначает общество.

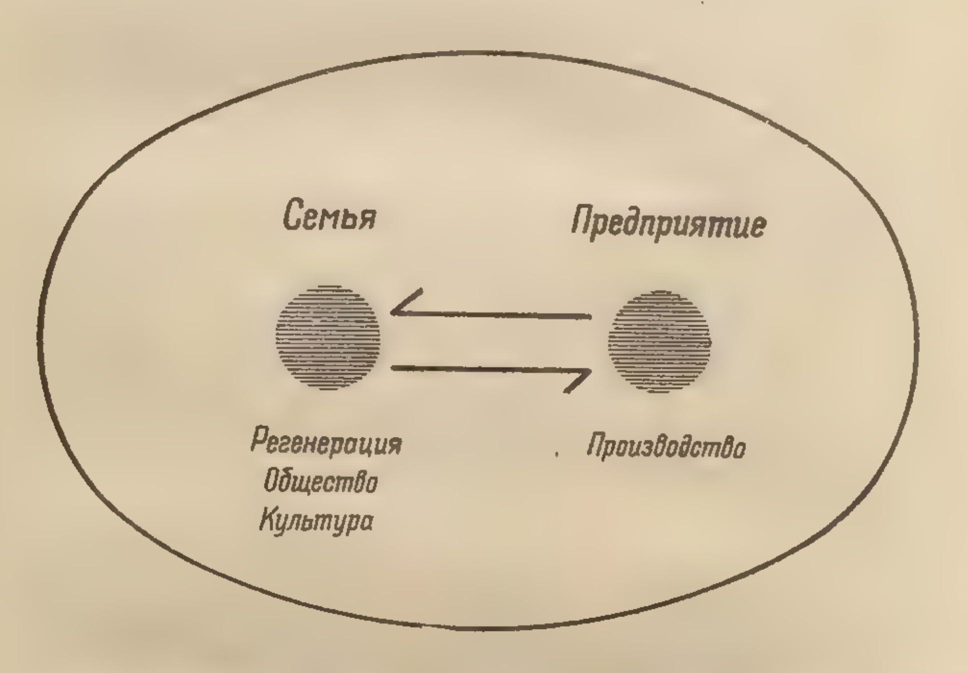


щаться рабочее время, тем заметнее станет тот факт, что помимо общественного образования и социальной жизни существуют и другие важные сферы человеческой жизни.

Ныне люди не проводят резкого разделения между производством и семьей, они уже не говорят: «Мой дом — моя крепость». После рабочего дня мужчина не захлопывает за собой дверь и не разделяет свою жизнь на две части. Женщины и дети или мужчины и дети участвуют в работе социалистических бригад. Вопросы воспитания и здравоохранения обсуждаются и осуществляются совместными усилиями. Этот процесс совершается в различных местах по-разному, он идет различными путями и с различной интенсивностью. В одном месте инициатива исходит от предприятий, в другом — от жилищных комитетов. Но везде ставится один вопрос: каково то новое, чем мы должны заполнить нашу жизнь вне рамок производства? Наша жизнь должна быть по своему характеру социалистической и многообразной. Какой она станет, если мы будем проводить на работе семь или шесть часов? Детские ясли, детские сады и в еще большей степени группы продленного дня меняют свое лицо. Обретает новое содержание жизнь пожилых, но еще здоровых людей. В жилых районах создаются клубы, музыкальные комнаты, читальни и буфеты.

Как проводить остальную часть дня? Слоняться без дела? Если даже на сон будет уходить восемь-девять часов, то и в этом случае будет оставаться от девяти до десяти часов свободного времени. Как будут люди проводить это время — целые дни просиживать за карточным столом по дурному примеру господствующих классов? Коротать или

Рис. 82. Схема современной семьи. Производство выделилось из семьи. Семья становится преимущественно жизненной и воспитательной ячейкой. Один кружок характеризует семью, другой — предприятие, эллипс — общество.



даже впустую убивать время? До обеда ходить в магазин, а после обеда пить чай или кофе? Нет, свободное время будет способствовать развитию человеческой личности, причем самыми многообразными путями, но это будет происходить преимущественно в семье. Брак наполнится другим содержанием, возникнет новая культура семейной жизни.

Нужно обладать известной долей фантазии, а не думать, что все будет оставаться в том виде, как это было вчера или существует сегодня. Жилище опять приобретет существенное значение. Техника достигла такого высокого уровня, что она в состоянии служить всем людям. То, что раньше было доступно лишь высоким сановникам, станет доступно всем. Жилище и сад превратятся в место пребывания семьи, везде будет чисто, светло; они перестанут быть обузой, обременяющей лишь женщину. Сад будет выглядеть совсем иначе, чем нынешние сады, целиком превращенные в огороды для разведения картофеля и овощей. Основные виды продовольственных продуктов будут производиться в крупных хозяйствах, но аромата, прелести быстро увядающей зелени,

свежего салата, свежих ягод и зрелых фруктов не может нам принести в дом ни рефрижератор, ни плодово-овощное хозяйство. Хорошо снимать урожай собственными руками! Полные цветов и декоративных кустарников, сады станут как бы продолжением квартиры. Они будут цвести с марта по декабрь. Дети будут постоянно наблюдать, как отец и мать ухаживают за растениями и животными. Они будут все впитывать в себя, видя, как родители читают, учатся, музицируют, рисуют, фотографируют. И прежде всего дети будут видеть, что занимаются они этим по собственному желанию, добровольно. Как это в прошлом могли делать только немногие, они будут заняты весь день, без всякого принуждения, без всякой спешки, но и без лени, заняты как физическим, так и умственным трудом. Они в полной мере будут пользоваться достижениями техники (телевидение и т. п.). По заранее намеченному плану они будут посещать доклады, семинары, театр, концерты, в то же время будут иметь возможность принимать гостей или навещать друзей.

Такой образ жизни, возникающий в условиях развитого социалистического общества, предполагает в центре семьи духовное единство родителей. Это — единство двух цельных по своему характеру людей. Оно основано как на физической склонности, так и на общности духовных интересов и душевной гармонии. Половое влечение — та полярность, которая пронизывает всю природу,— сознательно превращается в любовную связь.

В искусстве любви, в эротике, которая возвышает жизнь и позволяет в полной мере наслаждаться половым различием в единстве и единством в этом различии, оба супруга осознают свою взаимную близость.

Все, что мы говорили о вежливости, нежности, искусстве и технике любовного обхождения, способствует углублению и возвышению брачного союза. Теплота и нежность, которые составляют основу брака, согревают весь дом.

Мы остро нуждаемся в нежности, в человеческой теплоте, которая должна окружать нашу жизнь. В сфере труда мы проникаемся духом коллективизма, вступаем в контакт со множеством людей. При этом контактные шероховатости сглаживаются. Нельзя проникнуть в души сотен людей, но в то же время и они не могут проникнуть в вашу душу. Отсюда возникает опасность, что люди будут нивелироваться,

становиться поверхностными, будут замыкаться в себе. Практический опыт показывает, что один человек нигде не чувствует себя таким одиноким, как в большом городе. Человеку нужна бо́льшая глубина чувств, ему необходимо душевное общение с немногими. Но особенно глубокие чувства должны его связывать с супругой. В этом новое значение брака.

Все яснее становится тот факт, что мы ожидаем от нового брака значительно больше того, что мог нам дать старый брак. В старое время крестьянин, пастух, рыбак, сплавщик леса так много времени проводили наедине с собой и природой, что начинали тосковать по людям. Поэтому они рады были посидеть в воскресенье с людьми в церкви, а потом поговорить с ними и вдоволь развлечься в трактире. Для них не было ничего более приятного, чем ярмарка, народные гулянья, церковный праздник! До поздней ночи могли они сидеть там, пить, беседовать, играть, предаваться веселью, а ранним утром, не чувствуя никакой усталости, вновь сесть в лодку или подниматься в горы.

Иначе чувствуют себя люди, тесно связанные с коллективом. Конечно, и современный человек любит находиться в обществе, он любит празднества и массовые гулянья. Однако зубному врачу, продавщице, кондуктору, учителю в течение всей недели приходится так много иметь дело с людьми, что они отнюдь не каждое воскресенье захотят пойти на какое-нибудь многолюдное собрание. С начала нашего века люди охотнее отправляются в лес, в горы, к морю, в сад. Они стараются дать отдых своим нервам. Им необходимо время, чтобы предаться раздумьям; красивые цветы, голубое небо, пение птиц и рядом любимый человек — больше им никого не нужно.

Нас не должна вводить в заблуждение внешняя сторона дела: такая реакция людей, наступившая пятьдесят лет тому назад, является необходимой. Если нам и ныне приходится наблюдать много суеты, если сумасбродные люди берут с собой в лес или в море всякого рода шумовые инструменты, то это означает не что иное, как выражение неуравновешенности, являющейся следствием двух мировых войн.

Наша жизнь не является однополюсной. Подобно тому как человеческий род делится на два пола, как мы вдыхаем и выдыхаем воздух, ассимилируем и диссимилируем, бодр-

ствуем и спим, а в нашем мозгу возбуждение и торможение уравновешивают друг друга, точно так же связаны между собой и стремление людей к взаимному общению и уединению, к многообразию интересов и тяготению обоих полов друг к другу. Эти противоположности образуют единое целое.

В книге «Вопросы пола» мы указываем, что путь к общению с людьми ведет через представителя другого пола, которого мы познаем в половой любви.

Однако эта мысль не исчерпывается этим выводом. Душевная близость, полная физическая и духовная связь людей, на всю жизнь соединенных браком, образует один полюс общества. Другим его полюсом является дух коллективизма, счастье быть членом человеческого общества. Поэтому нельзя воспринимать как фразу положение о том, что брак и семья образуют основу жизни общества.

Целью наших раздумий было желание показать, что брак, как таковой, не разлагается и не ставится под сомнение; разлагается лишь определенная форма брака — буржуазный брак. Новый брак находится в стадии становления. Данный процесс будет происходить тем быстрее, чем больше людей осознает этот факт. Уже буржуазный брак выполнял не только чувственные, сексуальные или духовно-нравственные потребности человека, но и заполнял всю совместную жизнь человека. Новый брак будет в большей мере выполнять эту функцию. Конечно, счастливый брак удовлетворяет важные и существенные человеческие потребности. Но важнейшей из них представляется мне потребность быть дома, быть дома вместе с близким человеком в домашней обстановке.

В природе и обществе все развивается диалектически, а не механически. Если стремление организовать наше свободное время по образцу совместного труда было ошибочным, то еще более ошибочной была и остается еще в настоящее время тенденция отнять у человека социалистического общества возможность бывать одному, возможность проводить время в уединении. Огромный отель, подобный улью для пчел, так называемые «sleep-factory», — это очень неудачная проекция либеральных идей на коммунизм.

Именно тот, кто связан с общественной жизнью, кто работает, занимается политикой, нуждается в определенном человеческом очаге. Но новый семейный очаг будет отли-

чаться от старого. В нем не будет ни жены-рабыни, являющейся прислужницей и домашней работницей при муже, ни полновластной повелительницы и хозяйки в доме, где муж чувствует себя как гость, а не как человек, участвующий в организации семейной жизни, напротив, оба супруга будут в равной мере определять содержание и форму семейной жизни, как это имело место в отдельных случаях в бюргерских семьях, опередивших свое время. Диалектика развития человеческого общества, как только она будет познана всеми, станет мощным источником силы и морального омоложения брака. Брак никогда не будет скучным, так как оба супруга, занятые общественной деятельностью, будут постоянно вносить в него что-то новое, что должно быть ассимилировано и усвоено. Со своей стороны общественная деятельность станет более постоянной и внутренне более стабильной благодаря тому, что все члены производства, управления, а также представители науки смогут постоянно обращаться к осмыслению проблем семейных отношений.

Поскольку наша жизнь ни на одну минуту не останавливается и мы постоянно растем и изменяемся, укрепляется и брак, который открывает обоим партнерам новые аспекты как в их внутренних взаимоотношениях, так и в их отношении к внешнему миру. Эти изменения происходят даже в бездетных семьях. Совершенно отчетливо проявляется стадиальный характер эволюции семьи, в которой есть дети: грудные и маленькие дети, школьники и подростки. С изменением своих потребностей изменится и общий характер семьи.

Это означает, что подлинный брак никогда не останавливается в своем развитии. Перед ним каждый день возникают новые задачи, которые вытекают из новых фактов реальной жизни. Тот, кто считает, что он уже в первые годы нашел решение всех вопросов, решение, которое сохранит свою силу до золотой свадьбы, тот рано или поздно потерпит в жизни крушение. Он потерпит крушение в результате изменения действительности; когда же он поймет, что его «упорядоченные» принципы уже не соответствуют реальному положению вещей, то в этом случае может помочь лишь операция. Люди, вступающие ныне в брак, должны с самого начала понять ту истину, что они ни на минуту не должны останавливаться в своем развитии. Они должны знать, что жизнь

постоянно ставит перед человеком новые задачи, и они должны относиться к этому положительно, иначе жизнь будет постоянно их трепать. Вообще удивительно, что жизнь неумолимо стегает того, кто стремится к покою, и, напротив, охотно несет на своих волнах того, кто энергичен и не только на словах, но и на деле учитывает изменчивость жизни, действует в соответствии с этим и обретает покой.

В утешение тем паникерам, которые постоянно твердят о «смерти брака», можно сказать следующее: в человеческом обществе постоянством и действенностью обладает лишь то, что служит удовлетворению какой-либо важной человеческой потребности.

В социалистическом обществе в качестве диалектического полюса по отношению к коллективному труду, коллективному руководству обществом должен выступать новый брак. Его значение не только не будет уменьшаться, но, напротив, будет возрастать. Брак постепенно обретет определенную форму. Эта внешняя форма, а также защита брака как учреждения будет еще лучше отражать новое содержание. Платье будет все лучше и лучше подходить к фигуре. Государственные установления не будут сужать и скрывать содержание брака, напротив, они будут выражать его и содействовать его развитию. Поэтому следует наполнять брак новым содержанием, а внешние формы возникнут с закономерной необходимостью.

Мы говорили о новых пунктах кристаллизации в процессе становления форм социалистического общежития. Насколько об этом можно судить в настоящее время, процесс этот протекает в трех формах.

1. Во многих случаях инициатива исходит от социалистических бригад предприятий. Эти бригады хотят играть более важную роль, чем роль случайных трудовых объединений. Они хотят по-новому организовать и личную жизнь после рабочего дня. Например, жены приглашаются на предприятия по случаю каких-либо торжеств, наоборот, приглашаются мужья, если речь идет о женских бригадах. В будничные дни после работы собираются члены бригады и их супруги, а часто и их взрослые дети. Бригады проявляют заботу о домашних делах своих членов, касается ли это хозяйственных вопросов или вопросов воспитания. Таким образом предприятия содействуют возникновению больших семей.

2. С другой стороны, социалистические сообщества возникают и в жилых районах. В журнале «Женщина сегодня» от 17 июля 1959 г. были опубликованы предложения, осуществление которых будет способствовать решению этой задачи. Некоторые семьи, которые раньше уединенно жили в одном и том же доме, заметили, что гораздо приятнее жить в постоянном контакте с соседями, чем замыкаться в рамках своей семьи. Появился интерес к жизни и нуждам других людей, и некоторое время спустя одна из женщин в течение нескольких часов присматривала за детьми другой, которая закупала в магазине продукты на обе семьи. Вскоре в эту кампанию по оказанию взаимопомощи были вовлечены и мужчины. При этом в одних случаях использовался их практический опыт в интересах обоих хозяйств, в других случаях обе семьи выигрывали оттого, что кто-нибудь из мужчин обладал художественными способностями.

3. Третья форма, организуемая по определенному плану, начинает осуществляться в настоящее время. Для значительного числа молодых семей, которые согласились участвовать в этом интересном эксперименте, строится поселок социалистического типа. Для общего пользования заранее планируются и строятся специальные помещения: детские комнаты и площадки для малышей, комнаты для выполнения школьниками домашних заданий, общий буфет, общая столовая и комната для музыкальных занятий. Квартиры имеют центральное отопление и горячее водоснабжение. В каждой квартире встроена лишь кухонная ниша. В дальнейшем же для каждого жилого блока намечается создание механизированной уборочной бригады.

Было решено не создавать обычного детского сада, а нанять квалифицированную воспитательницу, а в остальном сообща присматривать за детьми и заниматься их воспитанием. Подобным же образом мыслится и надзор за детьми школьного возраста, то есть отказ от групп продленного дня, с тем чтобы детям не приходилось дышать школьным воздухом в течение девяти-десяти часов. Для этого будет устроена комната для выполнения домашних заданий. Бабушка или даже дедушка может смотреть, чтобы дети вели себя как следует. Это отнюдь не означает какого-либо противопоставления дневной школе. Дневная школа представляет собой один способ решения актуальных проблем нашего времени, социалистическое жилищное сообщество —

другой. Опыт покажет, какой эксперимент даст лучшие результаты. После этого уже можно будет решать вопрос о том, какую форму следует рекомендовать в первую очередь. Вероятнее всего, обе формы будут существовать параллельно.

Организация работы буфета мыслится таким образом. В настоящее время редко бывает так, что все члены одной семьи завтракают одновременно, так как работа на предприятии, в учреждении, а также занятия в школе начинаются в разное время. Если будет организован общий буфет, где всегда будет кипяченая вода, свежее молоко, хлеб, свежие фрукты и т. д., то это будет большим облегчением для всех семей.

В целом план заключается в том, чтобы содействовать возникновению большой семьи, основанной на социалистических принципах, семьи, в которой рядом будут жить три поколения. Эта большая семья уже не будет, конечно, каким-то производственным сообществом, ибо производство навсегда переместилось на завод. Но она будет сообществом, преследующим жизненные и воспитательные цели. Пожилые люди не будут отправляться в дома для престарелых, они найдут для себя занятие в рамках большой семьи. Многообразие человеческих склонностей найдет богатые возможности для своего проявления и полного развития. Очень интересно будет наблюдать осуществление этого эксперимента.

Излишне говорить о том, что в этом жилом комплексе будут созданы все условия для спортивных занятий, начиная от детских водных бассейнов до футбольных площадок. Представители научного социализма всегда думали о том, каким образом обеспечить трудящимся полное развитие их сил и задатков. Из этого исходил Карл Маркс, на это постоянно указывал В. И. Ленин. Важно не конструирование какой-то схемы, а содействие развитию в человеке всех его задатков. Все эксперименты в этом направлении одинаково заслуживают внимания.

Надо опасаться ошибки, которую можно легко допустить в наш век быстрого технического прогресса. Ошибка эта — нетерпение. В наше время иные предприятия в течение десятилетия совершенно меняют свое лицо. Наша жизнь продолжается около семидесяти лет, а с развитием науки и улучшением жизненных условий продолжительность ее увеличится еще больше. Продолжительность нормального

брака колеблется от сорока до пятидесяти лет. До тех пор, пока мы в течение пятидесяти лет не проследили за развитием нескольких тысяч браков, мы должны проявлять крайнюю осторожность в наших суждениях о новых экспериментах. Иные положения будут опровергнуты жизнью, иные докажут свою жизнеспособность. Тот факт, что значительные группы молодых людей вступают на этот путь и вместе с общественной жизнью хотят преобразовать на социалистических началах также брак и семью, вселяет в нас радость и надежду.

Не будем, подобно многим, даже вполне благонамеренным западногерманским социологам и специалистам по вопросам брака предаваться иллюзиям: женщина никогда не вернется к домашнему очагу, если под этим подразумевать положение, когда муж уходит на работу, а жена наводит блеск в доме. Люди, которые питают надежду на то, что в будущем мужчины будут зарабатывать столько, что этого будет достаточно для содержания жены и детей, также не понимают сущности вопроса. Речь вообще идет не о том, чтобы в той или иной форме вернуться к прежнему разделению труда. Никакого возврата к прошлому быть не может. Напротив, отец и мать будут проводить большую часть дня дома. На производстве рабочий день сократится еще больше. И тогда оба супруга смогут заняться вопросами образования и воспитания — сначала самих себя, а затем и своих детей, для чего в настоящее время еще нет достаточных предпосылок.

Не только женщина сможет больше времени находиться дома, но и мужчина,и, образно говоря, мужчина вернется к домашнему очагу. Он не будет, как это было в период раннего капитализма, двенадцать или, как в настоящее время, восемь часов простаивать у станка. У мужчин также появится свободное время.

Они будут, как и женщины, использовать освободившееся время для самообразования. С какой целью? Для будущего, для молодого поколения, для детей, своих и чужих. Родители будут иметь время для детей и смогут делать для них многое.

Изменится общественная роль детских садов. Если в прошлом они были садами, как этого требовал Фрёбель, то в нашем веке они стали местом пребывания детей в течение всего рабочего дня. Мать находилась вне дома в течение девяти-десяти часов. А в это время детские сады оберегали малышей от насчастных случаев, там их кормили и воспиты-

вали. Несколько лет тому назад существовало официальное название: «Место дневного пребывания детей». К счастью, мы опять называем их детскими садами. В настоящее время 50% всех детей ГДР в возрасте 4—6 лет проводит свыше 8 часов в детском саду. А что было бы, если бы они ходили туда на 4—5 часов? Затраты остались бы прежними. Но зато дети могли бы пользоваться всеми благами общественного воспитания, а остальную часть дня могли бы проводить вместе с родителями. Что это — мечта? Да. Но мы должны избавиться от традиционного мышления позднего капитализма. Раньше нам приходилось использовать и постепенно совершенствовать прежние учреждения; теперь же наступает время, когда мы можем претворить в жизнь и собственные идеи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Брак и семья являются в первую очередь общественной необходимостью и лишь во вторую очередь биологической.

2. Не существует брака вообще, существует много форм брака, возникших в процессе общественного развития.

3. В настоящее время брак не упраздняется, но вместе с разложением буржуазного строя разлагаются буржуазный брак и семья.

4. Содержанием буржуазной и крестьянской семьи и брака было:

а) совместное производство продуктов питания и материальных благ;

б) воспитание молодого поколения, которое продолжается у человека в течение длительного времени. Дети врастали в семейное производственное сообщество.

5. Производство переместилось на предприятия; крестьяне создавали производственные сообщества. Семья утрачивала и в еще большей степени утрачивает в настоящее время свою экономическую функцию.

6. Новым содержанием брака является:

а) любовь, встреча двух людей различного пола на основе их взаимной физической и духовной склонности, соединения и взаимной помощи;

б) воспитание детей здоровыми и способными к общественно полезному труду; это воспитание должно происходить в тесной связи с общественной системой воспитания.

7. Новое содержание брака вытекает из основной потребности человека. Для человека, с самого начала его истории существа общественного, другой человек представляет собой одну из его жизненных потребностей. Эта потребность проявляется у человека уже с первых дней его жизни. Новорожденный, грудной ребенок, маленький ребенок, дошкольник, школьник — все они нуждаются в помощи матери и отца. В юности эта потребность изменяется, значительно усиливается и проявляется в чувстве любви. Эта потребность находит свое наиболее полное удовлетво-

рение в добровольном соединении с любимым человеком на всю жизнь.

8. Предпосылка нового брака — равноправие мужчины и женщины во всех отношениях и в то же время учет значительных анатомических, физиологических и психологических различий между ними.

9. Продолжение рода не является более единственным содержанием половых отношений. Мы должны положительно относиться к половой любви и культивировать ее. Внутренним оправданием половой любви является наслаждение обоих партнеров. Во взаимной любви мы стремимся обрести счастье.

10. Наряду с общественными учреждениями семья становится главным центром воспитания как личной гигиены, так и деятельной культуры человека.

11. Предпосылка этого — подготовка молодого поколения к выполнению своих задач, ибо здоровье не является чем-то само собой разумеющимся. Вопросы воспитания здорового образа жизни, а также вопросы сексуальной педагогики должны быть включены в общую программу воспитания в детском саду, школе и семье.

БИБЛИОГРАФИЯ

Bauer M., Weib und Sittlichkeit, 1930.

Beauvoir Simone de, Das andere Geschlecht, 1961.

Бебель А., Женщина и социализм, М., 1959.

Beiträge zur Geschlechtserziehung in der Schule, 1962 («Pädagogik», 2. Beiheft, 1962).

«Beiträge zur Jugendpsychologie», 1961 («Pädagogik», 2. Beiheft 1961).

«Beiträge zur Sexualforschung—Herausgegeben von der Gesellschaft für Sexualforschung», Bürger—Prinz., H., und H. Giese.

Heft 5. G. Th. Kempe: Studien zur männlichen Homosexualität, 1954.

Heft 8. Carl Laßlo, Die Homosexualität des Mannes im Szondi-Test, 1956.

Heft 10. Hans Lutz, Das Menschenbild der Kinsey-Reporte.

Bildung, Sexuelle und Erziehung, 1962.

Bloch J., Das Sexualleben unserer Zeit, 1907.

Boeckh G., Ehefragen, 1920.

Bölsche W., Das Liebesleben in der Natur I/III, 1913.

Borrmann R., Die sexuelle Belehrung der Kinder und Jugendlichen, 1962.

Bormann R., Jugend und Liebe, Urania, 1966.

Bovet Th., Ehekunde, 1962.

Bovet Th., Erziehung zur Ehe, 1952.

Bretschneider W., Sexuell aufklären—rechtzeitig und richtig, 6. Aufl., 1959.

Bundesen H. N., Vom Knaben zum Mann, 1953.

Chesser E., Glück und Gefahr der Liebe, 1951.

Chesser E., Liebe ohne Furcht, 1954.

Dehmel H., Revolution der Ehe, 1928.

Delius R. von, Philosophie der Liebe, 1920.

Denal P. und G. Gubal, Das Glück in der Liebe, 1942.

Diotima, Schule der Liebe, 1930.

Döderlein G., Schwangerschaftsberatung, eine wichtige Aufgabe der Hebamme, 1956.

Döring K. G., Die Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage der Frau mit Hilfe der Körpertemperatur, 1927.

Durand-Wever, A., Sagt uns die Wahrheit! o. J.

Eberhard E. F. W., Die Frauen—Emanzipation und ihre erotischen Grundlagen, 1924.

Ebert-Stockinger C., Mutterschaft, 1929.

Elsen H. F. Warum Angst vor Liebe? 1950.

Erziehung zur Liebe, Tagungsbericht des Bundes entschiedener Schulreformer—Herausgegeben von Dr. H. Dehmel und Prof. P. Oestreich, 1930.

Fervers H., Kursbuch der Liebe—Wege zum Du, 1956.

Flake O., Die erotische Freiheit, 1928.

Forel A., Die sexuelle Frage, 1909.

Frank L., Vom Liebes- und Sexualleben—Erfahrungen aus der Praxis, 1928.

Friedeburg L. von, Die Umfrage in der Intimsphäre, 1953.

Gabriel E. und E. Kratzmann, Die Süchtidkeit, 1936.

Gaethgens B., Grundlagen der Schwangerenernährung, 1940.

Gerling R., Diskrete Antworten auf vertrauliche Fragen, 1928.

Gerster H. J., Die natürliche Geburtenregelung nach Knaus, 1955.

Gesenius H., Empfängnisverhütung, 2. unv. Aufl. 1959.

«Gesetz über den Mutter- und Kinderschutz und die Rechte der Frau vom 27». September 1950 und Durchführungsbestimmungen von 1951, 1953, 1954, 1958, 1963.

Giese H., Die Sexualität des Menschen, 1955.

Giese Willy, Mensch, Geschlecht, Gesellschaft, 1957.

Groeger G. N., Man hat doch ein Recht auf Liebe, 1953.

«Handbuch der gesamten Sexualwissenschaft»—Herausgegeben von I. Bloch, G. Löwenstein und M. Hirschfeld, 1912, 1920, 1925.

Handwörterbuch der Sexualwissenschaft—Herausgegeben von M. Marcuse, 1926.

Hartmann M., Die Sexualität—Das Wesen und die Grundgesetzlichkeiten des Geschlects, 1943, 2. Aufl. 1956.

Hattingberg H. v., Über die Liebe, 1937.

Hirschfeld M., Liebesmittel, 1928.

Hirschfeld M., Geschlechtskunde, 1926.

Hirschfeld M., Sexualpathologie, 1926.

Hirschfeld M. und K. Besser, Handschrift und Sexualität, 1928.

Hirschfeld M. und E. Bohne, Sexualerziehung, 1927.

Hirschfeld M. und E. Bohne, Sexualerziehung—Der Weg der Natürlichkeit zur neuen Moral, 1929.

Hirschfeld M. und R. Linsert, Empfängnisverhütung, 1928.

Hodann M., Bringt uns wirklich der Klapperstorch? 1927.

Hodann M., Elternhygiene, 1927.

Hodann M., Onanie, weder Laster noch Krankheit, 1928.
Hodann M., Bub und Mädel, 1927.
Hodann M., Sexualpädagogik, 1927.
Hodann M., Geschlecht und Liebe, 1927.
Hodann M., Die Sexualnot der Erwachsenen, 1928.
Hofstätter R., Die rauchende Frau, 1923.
Hollander Walter von, Das Leben zu zweien, 1940.
Holländer M., Vorbeugung der Empfängnis und Verhütung der Schwangerschaft, 1927.
Höllein E., Gegen den Gebärzwang—Der Kampf um die bewußte Kleinhaltung der Familie, 1927.
Jung G., Die Geschlechtsmoral, 1910.
Kahn F., Unser Geschlechtsleben, 1937.
Kahn F., Muß Liebe blind sein? 1957.
Kaufmann E., Kranke Ehen, 1951.
Key E., Über Liebe und Ehe, 1906.
Keyserling H. v.., Das Ehe-Buch, 1926.
Kinsey A. C., Das sexuelle Verhalten der Frau (Kinsey-Report), 1954.
Kinsey A. C., u. a., Das sexuelle Verhalten des Mannes (Kinsey-Report), 1955.
Klimova—Fügnerova M., Wie wir die Fragen der Kleinsten beantworten, 1960.
Knaus H., Die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage der Frau und deren richtige Berechnung, 1953.
Kretzschmar E., Sexualprobleme Jugendlicher und erzieherische Hilfe, 1961.
Lenz L., Erinnerungen eines Sexual-Arztes, 1954.
Lenz L., Die aufgeklärte Frau, 1952.
Leunbach J. H., Das Problem der Geburtenregelung.
Lhotzky H., Das Buch der Ehe, 1911.
Lindsey und Evans, Die Kameradschaftsehe, 1928.
Lindsey und Evans, Die Revolution der modernen Jugend, 1929.
Luckau E., Die drei Stufen der Erotik, 1920.
Malinowski B., Das Geschlechtsleben der Wilden, 1930.
Mantegazza P., Die Geschlechtsverhältnisse des Menschen, 1923.
Marcuse M., Die Ehe, ihre Bedeutung in der Biologie, Physiologie und Medizin, 1927.
Meisel-Heß G., Das Wesen der Geschlechtlichkeit I/II, 1916.
Morus (d. i. Richard Lewinsohn), Eine Weltgeschichte der Sexualität, 1956.

Muchow H. H., Sexualreife und Sozialstruktur der Jugend, 1959.
Müller-Eckhard H., Grundlagen der Geschlechts-Erziehung, 1956.
Nemilow A. W., Die biologische Tragödie der Frau, 1925.
Neuber A., Handschrift und Sexualität, 1951.
Neubert R., Die Geschlechterfrage, 1956. 8. Aufl. 1964.
Neubert R., Was sag ich meinem Kinde? 1956. 7. Aufl. 1964.
Neubert R., Woher kommen die Kinder? 1956. 7. Aufl. 1964.
Neubert R., Fragen und Antworten zum «Neuen Ehebuch» und zur «Geschlechterfrage», 1961. 2. Aufl. 1962.
Neubert-Weise, Das sexuelle Problem in der Jugenderziehung. 1956, 2. Aufl., 1957.
Noack H. und K. Sommer, Eine kleine Frauengymnastik zur Verhütung des Kreuzschmerzes, 1957.
Ockel G., Sag du es deinem Kinde, 1956.
Ockel G., Wege zu glücklichem Liebes- und Eheleben, 1957.
Ockel G., Gesundes Liebesleben, 1956.
Offergeld H., Die Wirkung des Geschlechtsverkehrs auf die eheliche Treue, 1922.
Olsen H., Handbuch des Geschlechtslebens und der Sexual-Hygiene, 1952.
Quanter R., Sittlichkeit und Moral im Heil, röm. Reiche deutscher Nation, 1925.
Rak K., Sexuelle Wahrheiten, 1955.
Read G. D., Der Weg zur natürlichen Geburt, 1956.
Ribbing S., Ehe und Geschlechtsleben, 1922.
Richard G., Das Geschlechtsleben in der Ehe, 1943 und 1955.
Richard G., Sexuelle Aufklärung und Erziehung, 1955.
Richard G., Die Liebe im Leben der ledigen Frau, 1955.
Rother R., Das Intimste der Liebe und Erotik, 1951.
Rühle A., und O., Sexualanalyse. Psychologie des Liebeslebens, 1928.
Saller K., Die Biologie der Familie, 1960.
Sanger M., Zwangsmutterschaft, 1929.
Schelsky H., Soziologie der Sexualität, 1956.
Schindel E. und A. Rot, Naturgeschichte der Liebe, 1953.
Schmerzausschaltung bei der Geburt, 1953.
Schneider U. und J. Stauch, Gymnastik für Schwangere und Wöchnerinnen, 1957.
Schreiber A., Mutterschaft, 1912.
Schultz G. D., Du sollst glücklich werden, Jane, 1952.
Speer E., Die Liebesfähigkeit (Kontaktpsychologie), 1953.

Stemmer W., Gynäkologie in der täglichen Praxis, 1956.
Strauß M., Blutungen und Ausfluß, 1943.
Tarchow V., Ehe und Familie in der sozialistischen Gesellschaft, 1955.
Tayler J. L., Die Natur des Weibes, 1920.
Theilhaber A. und F., Das Weib vor und in der Ehe, 1922.
Thiele H., u. a.; Frauenarbeit, 1929.
Vaerting M., Wahrheit und Irrtum in der Geschlechterpsychologie.
Velde Th. H. van de, Die Erotik in der Ehe, 1928.
Velde Th. H. van de, Die Fruchtbarkeit in der Ehe, 1928.
Velde Th. H. van de, Die Abneigung in der Ehe, 1928.
Velde Th. H. van de, Die vollkommene Ehe, 1928.
Vortisch H., Mutter und Kind, 1920.
Форель А., Половой вопрос, 1—2, М., 1929.
Wolf H. F., Strategie der männlichen Annäherung, 1926.
Энгельс Ф., Происхождение семьи, частной собственности и государства.
Цеткин К., Воспоминания о Ленине, М., 1955.
Zimmermann W., Leuchtende Liebe.

СОДЕРЖАНИЕ

IV. ПОЛОВАЯ ЖИЗНЬ ВНЕ БРАКА

V. БРАК, БОЛЕЗНЬ, ЗДОРОВЬЕ

VI. БРАК КАК ПОТРЕБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Рудольф Нойберт

НОВАЯ КНИГА О СУПРУЖЕСТВЕ

Художник *В. Корольков*
Художественный редактор *Л. Шканов*


Сдано в производство 3/VI 1967 г. Подписано к печати 23/IX 1969 г.
Формат 84×108¹/₃₂. Бум. л. 5. Печ. л. 16,8. Уч.-изд. л. 16,82.
Цена 1 р. 21 к. Изд. № 9/8328. Заказ № 308.

Издательство «Прогресс»
Комитета по печати при Совете Министров СССР
Москва, Г-21, Зубовский бульвар, 21

Главполиграфпром Комитета по печати при Совете Министров СССР.
Отпечатано в Ленинградской типографии № 2 имени Евгении Соколовой, Измайловский проспект, 29, с матриц Ордена Трудового Красного Знамени Первой Образцовой типографии имени А. А. Жданова, Москва, Ж-54, Валовая, 28.






Рудольф Нойберт
Новая книга о супружестве








THE VARGAS GIRL




THE VARGAS GIRL
I could describe
it better if my
arms were longer."




VARGAS GIRL


"You know Captain, before you
invited me on this cruise
I really had no idea what the
first mate was supposed to do."


THE VARGAS GIRL



Well, I'm a very outspoken person"




"If there's anything I love
as much as wearing toreador
pants, it's hearing them."


VARGAS GIRL
"Male supremacy is all right—but I favor a different position."



How thoughtful of him
an engraved proposition'


VARGAS GIRL



'Excuse me while I do my diary, Mr. Barkus or will there be something else to write about?'



"Well, you didn't pin me, but you certainly piled up a lot of riding time."




VARGAS GIRL
"Since I've been wearing
copper bracelets I feel
much better—don't you
think so, Mr. Hawkins?"


THE VARGAS GIRL

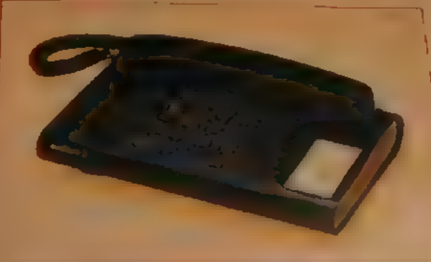
BREAKING UP IS HARD TO DO

[illegible] that [illegible] bill [illegible] off, you're in for some [illegible]

modern living By DANNY GOODMAN

[illegible] was [illegible] when the monolithic AT&T [illegible] local Bell phone comp[illegible] each month. In all likelihood, the only differences you've no[illegible] are that you're writing checks [illegible] and your monthly telephone bill is even more undec[illegible] before. But one change for the good is that [illegible] you telephone equipment has opened wide. To distinguish their products from others, telephone manufacturers are [illegible]

The original danMark phone is permanently displayed in New York's Museum of Modern Art; the danMark 2 should be in your home or office. Sleek outside, it's all slick technology inside, including a speaker, auto dial and redial, plus a privacy switch, by GNT Automatic. $199



With its brushed aluminum dialing surface and [illegible] Comdial 0020 is a high-tech one-piece phone that looks like it belongs in a *Star Wars* [illegible] and an electric ringer with a control switch, $59.95, in tone dial only



"Go ahead, Mr. Smith. Reach out and touch something."




THE VARGAS GIRL






THE VARGAS GIRL


THE VARGAS GIRL


THE VARGAS GIRL








THE VARGAS GIRL


to be a good girl
this coming year


THE VARGAS GIRL





When you advertised for a girl Friday, Mr. Baxter [illegible] that included Saturday and Sunday



"Doesn't this look like a nice spot for a picnic, Mr. Morton?"









"Do you think the cigar makes me look too masculine, darling?"





'I'm not afraid of getting bored—are you?'






we can always sleep till noon


Green777












Green777


Green777






that Niagara Falls is an
extremely important source
and that it consists
of two cataracts —
is 160 feet high and 2600
feet across, and American
and 1000 feet across —
and they are separated
by Goat Island, and over
212,000 cubic feet of
water pass over the Falls
I left for Reno


"Operator? Give me a wrong number"





*"I got my mink the
same way minks do"*




"I don't mind if a man
loves me and leaves me
as long as he leaves me enough


THE VARGAS GIRL




THE VARGAS GIRL



Real Time | Deep Flexibility & Full Body Stretch | Yoga Workout #contortion #gymnastics ...







3:17 / 11:07

Real Time | Deep Flexibility & Full Body Stretch | Yoga Workout #contortion #gymnastics ...








3:25 / 11:07


Green777